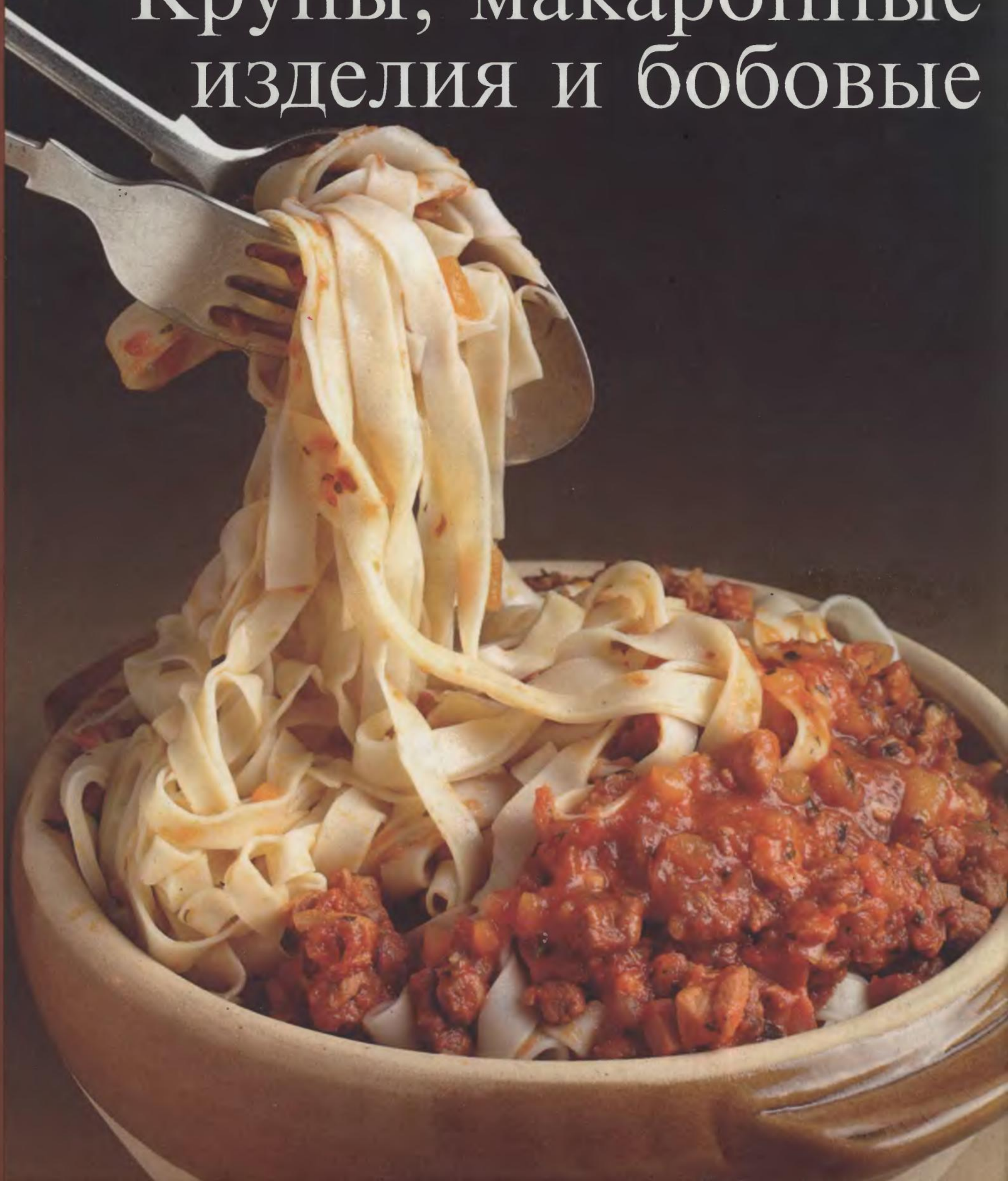
ХОРОШАЯ КУХНЯ

Крупы, макаронные изделия и бобовые



Крупы, макаронные изделия и бобовые

МОСКВА
«ТЕРРА»—«TERRA»
1997

УДК 64
ББК 36.991
К84

Grains, Pasta & Pulses

BY THE EDITORS OF TIME-LIFE BOOKS
/ THE GOOD COOK / THE TIME-LIFE
BOOKS-AMSTERDAM, 1980

Перевод с английского
Т. ПАРФЕНОВОЙ

Крупы, макаронные изделия и бобовые / Пер.
К84 с англ. Т. Парфеновой. — М.: ТЕРРА, 1997. —
168 с.: ил. — (Хорошая кухня).

ISBN 5-300-01307-2

В книге рассказывается об основном продукте питания человека — зерновых культурах. В первой части описаны способы приготовления макаронных изделий и бобовых, во второй части помещены рецепты национальных кухонь 36 стран. Многочисленные фотографии помогут вам приготовить вкусные блюда.

УДК 64
ББК 36.991

ISBN 5-300-01307-2

Authorized Russian edition © 1997 Publishing Center «TERRA». Original edition © 1980 Time-Life Books BV. All rights reserved.

No part of this book may be reproduced in any form, by any electronic or mechanical means, including information storage and retrieval devices or systems, without prior written permission from the publisher, except that brief passages may be quoted for review.

Time-Life Books is a trademark of Time Incorporated U. S. A.

© Издательский центр «ТЕРРА», 1997

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 5 — Что хранится в кухонном шкафу / Многообразие круп / Традиционные виды макаронных изделий / Богатый мир бобовых / Три вида соусов

БЛЮДА ИЗ КРУП 17 — 1 — Искусные вариации простых рецептов / Три основных способа приготовления риса / Искусство приготовления плова / Ризотто: жидкий и вязкий рис / Припущенный рис с золотистой корочкой / Мясо и специи в плове / Паэлья: изумительное сочетание различных продуктов / Что можно приготовить на скорую руку из остатков продуктов / Крокеты с сюрпризом / Кускус: сытный обед в одной кастрюле / Превращения кукурузной каши

ДОМАШНИЕ МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ 43 — 2 — Настоящее искусство / Первые шаги: приготовление, замешивание и раскатка теста / Станок для изготовления макаронных изделий / Умение формовать тесто / Вкусовые добавки и красители / Вкусные начинки для любых форм / Тесто с начинкой

БЛЮДА ИЗ МАКАРОННЫХ ИЗДЕЛИЙ 57 — 3 — От основ к экзотике/ Как правильно сварить и подать к столу макаронные изделия / Объемные макаронные изделия / Запекание с соусами и приправами / Рулеты с начинкой: как накормить от двух до двадцати человек / Жареная лапша с хрустящей золотистой корочкой / Макаронник из закрученных спиралью макарон / Форма для начинки из нарезанных на куски овощей /«Корзиночка» для пирога с макаронными изделиями / Необычное суфле из теста

БЛЮДА ИЗ БОБОВЫХ 77 — 4 — Длительная варка на медленном огне для сочности / Варка на сильном огне: самый простой способ приготовления бобовых / Запеканка из бобов / Блюдо из бобов и мяса с поджаристой корочкой / Длительное запекание: идеальное сочетание вкуса и аромата продуктов

АНТОЛОГИЯ РЕЦЕПТОВ 87 — Блюда из недробленых круп 88 / Блюда из дробленых круп. Блюда из муки и кускуса 108 / Отварные макаронные изделия 115 / Жареные и печеные макаронные изделия. Макаронники 123 / Изделия из теста с начинкой 136 / Клецки 142 / Блюда из цельных бобовых 146 / Пюре из бобовых 156 / Горох, бобы, фасоль и чечевица с мясом 158 / Стандартные рецепты 165

Что хранится в кухонном шкафу

Зерновые культуры являются основным продуктом питания человека, поэтому их роль в нашей жизни не подлежит никаким сомнениям. Достаточно лишь вообразить себе мир, в котором не будет пшеницы или риса, чтобы осознать, как сильно мы от них зависим. Однако на приготовление блюд из круп, как правило, затрачивается меньше усилий и фантазии, чем на приготовление других продуктов. И происходит это потому, что многие даже не подозревают о том, сколько существует рецептов приготовления зерновых культур. То же самое можно сказать и о бобовых — к ним относятся разные сорта чечевицы, гороха и фасоли, которые, как и крупы, предварительно высушиваются для хранения. Во-первых, из зерновых культур производится множество разнообразных продуктов, от цельного, жемчужного риса до макарон, кукурузной или манной крупы. Что же касается бобовых, то существуют сотни их видов. Во-вторых, несмотря на то, что основным способом приготовления круп, бобовых и изделий из зерновых культур остается варка, техника приготовления может быть очень разнообразна. И, наконец, главное: эти продукты служат основой большого количества блюд, гармонично сочетаясь со многими ингредиентами и подчеркивая их вкусовые свойства.

Первая часть этой книги призвана научить читателя основам приготовления круп, макаронных изделий и бобовых. Вторая часть содержит антологию рецептов, взятых из национальных кухонь 36 стран. Наши рецепты достаточно разнообразны, но вы можете использовать их и в качестве отправной точки при создании собственных блюд.

Самые древние зерновые культуры

Зерновые злаки, безусловно, были самыми первыми растениями, которые человечество научилось выращивать. Еще до того, как люди стали обрабатывать землю, они собирали зерна диких растений наряду с ягодами и кореньями. Около 10 000 лет назад люди научились зарывать часть зерен в землю, чтобы обеспечить себя запасом еды, вместо того, чтобы сразу съесть все собранные зерна.

Может показаться странным, как такие простые, похожие на сорняки растения, как злаки, возвестили наступление эры земледелия. В действительности же возможно, что причина кроется в их способности произрастать на любом клочке земли. Люди должны были собрать дикие зерна, принести их домой, случайно уронить несколько штук около своего жилища и через некоторое время к своему великому счастью обнаружить, что больше нет необходимости совершать долгий путь за едой — она сама пришла к ним в дом.

Первым земледельцам повезло, что они имели дело со злаками, а не каким-нибудь другим родом растений. Злаки обладают многими свойствами, которые были — и до сих пор являются — наиболее ценными для сельскохозяйственных культур. Им не нужно много места, чтобы пустить стебель, который заканчивается колосом, заполненным семенами. Злаки поспевают за несколько коротких месяцев, и все зерна созревают одновременно. Их легко собирать и готовить, даже если использовать самые примитивные орудия труда: серп, чтобы срезать со стеблей колосья, цеп, чтобы молотить зерна, пестик и ступку, чтобы отделять зерна от несъедобной мякины. И что особенно важно, спелые или полежавшие на солнце зерна высыхают настолько, что могут месяцами храниться, не покрываясь плесенью,— хороший урожай обеспечивает человека едой на целый год.

Однако несмотря на все ценные качества злаков, первым земледельцам пришлось затратить много труда, чтобы получить урожай. Успех зависел от многих факторов: нужно было пропалывать и поливать почву, уметь отобрать самые лучшие семена, правильно рассчитать время посева и жатвы и изобрести более эффективные орудия труда. Для сравнения скажем, что разведение корнеплодов, которые, как и злаки, принадлежат к самым древним сельскохозяйственным культурам, было связано с гораздо меньшими трудностями: достаточно лишь бросить часть клубня в землю, и природа сама заботится обо всем остальном. И все же, как это ни парадоксально, быть может, именно то, что выращивание зерновых требовало от человеческого ума максимальной изобретательности, и явилось наиболее ценным аспектом культивации злаков: все великие цивилизации древности — на Среднем Востоке, в Китае, в Центральной и Южной Америке — берут начало от общин, которые разрешили эти проблемы и добились успеха в земледелии.

Богатый мир злаков

Дикорастущие пшеница и ячмень в изобилии встречались 100 веков назад на Среднем Востоке, где они произрастают и по сей день. Это первые злаки, которые начал культивировать человек. Позже они стали основным продуктом питания в Древнем Египте, Индии и Китае. Эти культуры прекрасно себя чувствуют в теплых средиземноморских странах, но не приспособлены к более холодному и влажному климату других регионов. Тогда как овес, рожь и гречиха — последняя не принадлежит к злакам, но является растением с крахмалистыми зернами одинаковой формы — способны выдержать и более суровые климатические условия. Когда-то они росли как сорняки среди пшеницы и ячменя и сами случайно прижились там, где пшеница и ячмень всходили с меньшим успехом. В наше время они широко распространены во всем мире, хотя рожь и гречиха чаще используются в национальных кухнях Восточной Европы, а овес очень любят в Шотландии.

Пшеница и ячмень плохо переносят как очень сухой, жаркий, так и холодный, влажный климат. Но просо хорошо приспособлено к жарким условиям и даже может произрастать в пустыне, поэтому оно является важнейшим продуктом питания в засушливых областях Азии и Африки. Рис также выдерживает сильную жару но, в отличие от проса, ему необходим влажный климат. Большая часть сортов риса растет на полях, наполовину затопленных водой,— специальных рисовых полях. Впервые рис начали культивировать в Азии, в Средние Века арабы занесли его в Испанию, откуда он позже проник в Италию. В Соединенные Штаты — в Южную Каролину — рис попал около 1685 года, а с XVIII века южнокаролинский рис экспортируется в Европу.

Вне всяких сомнений, рис был первой зерновой культурой, которую стали выращивать в Новом Свете. Но и в Северной, и в Южной Америке на протяжении многих тысячелетий была известна кукуруза, хотя возможно, что на самом деле дикая кукуруза вымерла много веков назад. Кукуруза попала в зависимость от человека, поскольку без его помощи была не способна нормально размножаться: в отличие от семян других зерновых, которые, созрев, опадают на землю и пускают корни, зерна кукурузы остаются крепко прикрепленными к основанию початка и ждут, пока их соберут и посадят в землю.

Американские индейцы издавна употребляли в пищу еще одно злаковое растение, которое первые английские колонизаторы прозвали диким рисом, поскольку его готовили так же, как рис, и так же, как рис, оно росло на заболоченной почве. Индейцы собирали

дикий рис, сидя в лодках, сильно молотя растения так, чтобы бóльшая часть зерен оказалась в лодке. Попытки выращивать этот злак на специальных полях, залитых водой, как обыкновенный рис, встретили много препятствий. Зерна созревали в разное время, а растения часто погибали из-за вредителей и болезней. И хотя попытки культивировать дикий рис в настоящее время имеют больший успех, разведение этого злака все же создаст много серьезных проблем для сельского хозяйства.

Трудности, связанные с выращиванием дикого риса, делают его дорогостоящим и редким продуктом, и это очень печально, поскольку для многих людей он является самым любимым продуктом, с незабываемым, цельным, пикантным вкусом. Это трюфель в мире злаков, его можно смешать с другой, менее ценной крупой, как, например, обыкновенный рис, и все равно вкус блюда будет зависеть только от него. Лучше всего подавать дикий рис с дичью — неприрученное растение и неприрученное животное идеально сочетаются по вкусу.

Что же касается повседневной жизни, то обыкновенный рис — это зерновая культура, в которой заложены огромные кулинарные возможности. Еще в начале нашего века французский повар Огюст Эскофье писал: «Рис — самый вкусный, самый питательный и, безусловно, самый широко распространенный продукт во всем мире». Зерна риса гораздо чаще, чем другие крупы, едят в недробленом виде, хотя обычно готовят без коричневой, внешней оболочки.

Перечислить способы приготовления риса не составит большого труда — это варка, варка при слабом кипении и варка на пару. Но существуют сотни вариантов этих основных способов, приводящие к совершенно разным результатам. Например, согласно одной технике, рис нужно варить долго на очень медленном огне в объеме воды, практически равном объему риса, чтобы зерна получились мягкими, но сухими. При более распространенном способе, когда рис готовится на медленном огне в двойном объеме воды и не так долго, как в первом случае, зерна развариваются сильнее. Чтобы приготовить плов, рис предварительно заливают растопленным жиром и поджаривают до образования золотистой корочки и только потом варят при слабом кипении, а для приготовления густого ризотто рис отваривают на более сильном огне, непрерывно помешивая. Вы можете варить рис вместе с любыми другими ингредиентами или добавлять их в процессе приготовления, и тогда эта крупа превратится из обыкновенного гарнира или дополнения к основному блюду в самостоятельное блюдо.

Разумеется, рис не является единственным продуктом, открывающим перед поварами широкое поле деятельности. И хотя из пшеницы и ржи обычно делают муку для выпечки хлеба, а ячмень в основном используется в пивоварении, эти зерновые культуры могут употребляться в пищу и в недробленом виде, как рис, радуя нас вкусом своих сочных, цельных зерен. Пшеница может представать в самых разных обличьях: в виде маленьких комков муки, называющихся кускусом, которые готовятся на пару над ароматным супом *(стр. 36)*, или же в виде крупинок неправильной формы, получаемых путем нагрева, обжаривания и дробления целых зерен. Но, вне всяких сомнений, самым популярным продуктом из пшеницы стали макароны.

Происхождение макаронных изделий

Люди всегда чувствовали необходимость установить тот день и час, когда были изобретены макаронные изделия: длинные нити спагетти или вермишели были настолько необыкновенной пищей, что трудно представить себе, что они могли возникнуть случайно. Тем не менее это произошло именно так. Основной способ приготовления молотых зерен — сварить из них кашу. Можно сделать клецки, приготовив из муки и воды тесто, и затем сварить их в кипящей воде, но это будет небольшим шагом вперед по сравнению с кашами. Но вот однажды кому-то пришло в голову раскатать клецки, чтобы они быстрее готовились, и так были изобретены макароны. До сих пор некоторые виды макаронных изделий готовят, расплющивая маленькие кусочки теста большими пальцами *(стр. 49)*, хотя самым распространенным является другой способ: раскатать из теста тонкие пласты и нарезать из них вермишель или лапшу.

Макаронные изделия имеют длинную родословную во многих национальных кухнях, но, пожалуй, самое широкое применение они нашли в китайской кухне, где их делают из муки, приготовленной из разных видов зерновых и бобовых культур, а также в итальянской кухне, где всегда для их приготовления используется пшеничная мука. Существует много предположений о том, что, возможно, когда-то давно макароны были завезены из одной страны в другую каким-нибудь путешественником. Говорят, что Марко Поло — венецианец, который в XIII столетии добрался до Китая и многие годы прожил в этой стране — принес секрет макарон в родную Италию. Но по всей вероятности, макаронные изделия в Италии имеют гораздо более древнюю историю: на расписном рельефе этрусской гробницы, расположенной недалеко от Рима, который относится к III в. до н. э., изображены скалка, колесо и стол, используемые, по-видимому, для замешивания и раскатки теста.

Свежеприготовленные и сухие макаронные изделия

Во всем мире все макаронные изделия называются «паста». Это слово, несомненно, итальянского происхождения. Оно означает густую массу или тесто и наряду с такими словами, как макароны и спагетти, подкрепляет устоявшееся мнение, что «пасту» едят одни итальянцы. Однако, несмотря на то, что большинство готовых макаронных изделий, продающихся на Западе, производится в Италии, у нее нет монополии на домашнее производство макарон, которое широко распространено во всех европейских странах. У каждого народа есть свое собственное название для домашних макаронных изделий, хотя между ними иногда существует взаимосвязь. Например, лапша по-английски называется *noodles*, по-французски *nouilles*, а по-немецки *Nudeln*. Все эти слова произошли от латинского слова *nodellus* (узелок), потому что на тарелке лапша обычно выглядит как спутанный клубок ниток.

В домашних условиях тесто для макаронных изделий можно приготовить из любого сорта пшеничной муки, в которую, как правило, добавляют яйца. Рецепты могут быть самыми разными: от наиболее экономичного варианта, когда мука разводится водой и в готовую смесь добавляют одно или два яйца, до роскошного рецепта, предложенного в 1907 году французским кулинаром Али-Бабом в его книге «Практическая гастрономия» (*«Gastronomie Pratique»*), согласно которому для приготовления теста для лапши требовалось смешать 18 яичных желтков, немного сливочного масла и 500 г муки. Из такого соотношения продуктов, заверял Али-Баб, получается «неповторимое, изысканное блюдо с несравненным, тонким вкусом». Но любые домашние макаронные изделия являются вкуснейшим блюдом, независимо от того, едите ли вы их в чистом виде с маслом или же используете в качестве основы для приготовления более хитрых блюд.

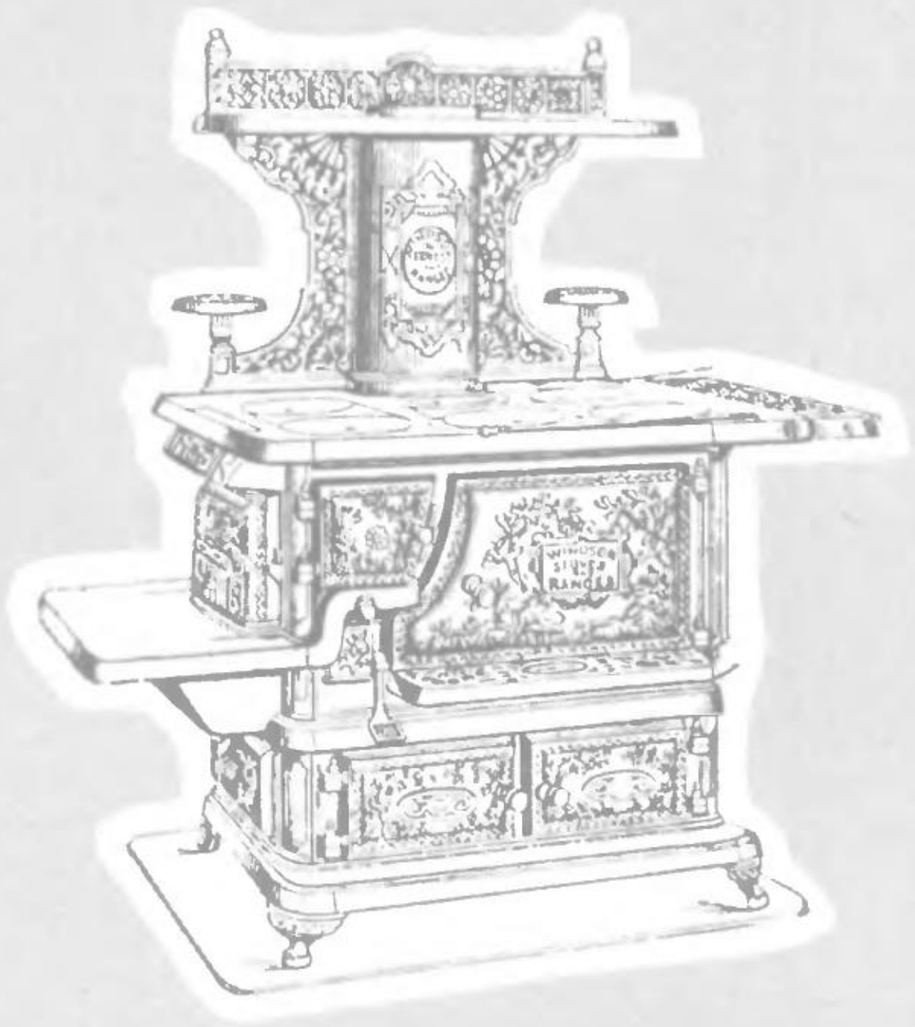
Готовые макаронные изделия вырабатываются из особого сорта пшеницы — твердой пшеницы,— из которой получается густое, вязкое тесто. Основными приспособлениями для массового производства макаронных изделий служат металлический цилиндр, закрытый с одного конца металлическим диском или насадкой со множеством одинаковых отверстий. Тесто загружается в цилиндр и при помощи пресса пропускается через отверстия в насадке, откуда оно выходит в виде спагетти, макарон или любого другого макаронного изделия в зависимости от формы отверстий. Изначально за прессом должны были работать люди, но впоследствии производство макаронных изделий стало полностью автоматизированным. В настоящее время оно представляет собой непрерывный процесс: вода и мука порциями подаются в машину, формирующую из теста макаронные изделия, откуда они попадают на конвейер и отправляются в специальные сушильные камеры, оснащенные вентиляционными установками.

Конечно, готовые сухие макаронные изделия, даже содержащие в своем составе яйца, много теряют при сравнении с домашней, свежеприготовленной лапшой. Но хотя обычно они вырабатываются из муки и воды, вне всяких сомнений, готовые макаронные изделия остаются вкусным и весьма популярным продуктом. Многие их сорта, например, спагетти, невозможно создать в домашних условиях, кроме того, для удобства потребителей готовые макаронные изделия продаются в сухом виде и могут месяцами храниться в кухонных

шкафах, чтобы в один миг из надежного запаса пищи превратиться в изысканное блюдо.

Как приготовить бобовые

Бобовые культуры — разные сорта чечевицы, гороха и бобов — обладают тем же самым незаменимым свойством, что и крупы или макаронные изделия: в сухом виде они могут храниться очень долгое время. В отличие от зерновых культур, которые крайне редко употребляются в пищу в незрелом, зеленом виде, такие бобовые, как горох, «большие бобы» или фасоль, часто едят свежими и мягкими. Однако время свежих бобовых культур длится недолго — всего несколько недель — тогда как сухие продукты доступны нам круглый год. Если



фермер решил засушить свой урожай бобовых, ему нужно дождаться, пока листья растений не пожелтеют — тогда горошины в стручках уже не такие сочные, как прежде. Если горошины достаточно высохли, их можно смело хранить, не опасаясь, что они испортятся. Если же нет, то необходимо подержать их несколько дней на солнце или, в странах с более влажным климатом, на время поместить зерна в контейнер, где бы они продувались теплым воздухом, чтобы таким образом ускорить процесс сушки.

Обычно бобовые сушат и употребляют в пищу в надрубленном, целом виде, хотя из некоторых видов, например, из «куриного горошка» или сои, вырабатывают муку. В отличие от круп разнообразие блюд, которые можно готовить из бобовых, зависит не столько от большого числа способов приготовления, сколько от существования сотен различных видов этого продукта. Мы представили в нашей книге *(см. стр. 12)* некоторые образцы того, что можно купить. Однако Европа является родиной лишь немногих разновидностей бобовых, а большинство видов нуждается в жарком климате, поэтому самый широкий выбор бобовых вы найдете в специализированных магазинах, торгующих товарами экзотических стран.

Также всегда можно приобрести бобовые в магазинах «здорового питания». И хотя бобовые нельзя назвать эликсиром жизни, все же они являются очень питательным продуктом, содержащим не только много крахмала, но и высокий процент протеина. В общем, бобовые не такой ценный продукт питания, как крупы, отчасти потому, что их сложнее выращивать, они занимают больше места и требуют от человека большей заботы, чем зерновые культуры. Однако диета, основанная на сочетании круп и бобовых, очень полезна для здоровья: крупы содержат один набор протеинов, необходимых человеческому организму, в то время как бобовые снабжают его прочими недостающими элементами. Всякий, кто готовит такие блюда, как кускус с «куриным горошком» *(см. стр. 36)* или рис с бобами *(рецепт на стр. 88)* с мясом или без, придерживается хорошо сбалансированной диеты.

Основным способом приготовления бобовых является варка при слабом кипении. Эту пищу трудно назвать изысканной. Например, самое знаменитое блюдо из бобовых, возникшее на юго-западе Франции,— *касуле (cassoulet)* или рагу — тяжелая, сытная, грубая деревенская еда, но именно в простоте и незатейливости заключена вся прелесть этого блюда.

Касуле представляет собой рагу из фасоли с различными видами мяса, которые сперва готовят по отдельности, а затем раскладывают слоями в одну кастрюлю и запекают до тех пор, пока блюдо не покрывается толстой, жирной корочкой. Там, откуда пришло к нам это блюдо, в разных местностях принято использовать разные сорта мяса. Как пишет великий французский кулинар Проспер Монтанье, составитель *«Larousse Gastronomique»*, в городе Кастельнодари касуле готовят из разных видов свинины и часто добавляют немного мяса диких гусей, в Каркасонне в него кладут молодую баранину и иногда дичь, а в Тулузе касуле обычно делают из мяса диких гусей и гораздо реже из других видов мяса. Но на самом деле не только каждый город имеет свой собственный рецепт касуле, но и каждый повар готовит его по-своему. Поэтому независимо от того, что входит в состав касуле, сочетание сочных бобов с мясом, покрытым нежной корочкой, настолько гармонично и изумительно на вкус, что это замечательное блюдо завоевало славу далеко за пределами своей родной области.

Как едят блюда из круп, макаронных изделий и бобовых

Когда единственным блюдом на ужин является каша или густой суп из бобов, еда не вызывает особых проблем. Возьмем другую крайность: в эпоху Возрождения, когда столы ломились от бесчисленных яств, макароны были лишь одним блюдом в длинном ряду вкусных и соблазнительных блюд, поэтому вопроса, когда и как нужно их есть, не могло возникнуть. Однако как только прием пищи начал приобретать современный вид, то есть стал состоять из двух или трех блюд, различные страны отвели блюдам из круп, макаронных изделий и бобовых разное место в меню. В Италии макароны под соусом или ризотто считаются первым блюдом, и после них подают мясо и десерт. Во Франции рис или лапша со сливочным маслом всегда являются гарниром к мясным блюдам. В китайской кухне рис служит дополнением к другим блюдам, тогда как макаронные изделия с начинкой, как, например, *вон тон (рецепт на стр. 139)* могут быть и хорошей легкой закуской, подающейся между приемами пищи, и густым гарниром, и главным блюдом.

Способы приготовления круп, макаронных изделий и бобовых различны, в зависимости от того, являются ли они первым, вторым блюдом или гарниром. Например, макаронник, представленный на стр. 68, традиционно является первым блюдом, однако его легко можно превратить в главное блюдо. А из лапши со сливочным маслом, обычно служащей гарниром, можно сделать полноценное первое блюдо, добавив тертый сыр и нарезав немного ветчины или зелени.

Также многое зависит от того, с каким вином подаются блюда из круп, макаронных изделий или бобовых. Некоторые блюда, о которых вы прочтете в этой книге, сами по себе достаточно пикантны, чтобы к ним требовались в качестве дополнения изысканные вина. Стоит всегда помнить, что нет такого вина, которое бы полностью проявило все свои вкусовые качества в сочетании с острой пищей, обильно сдобренной специями или чесноком (к таким блюдам лучше подходит пиво). Но большая часть блюд, о которых пойдет у нас речь, прекрасно сочетается с любым хорошим белым или красным сухим вином. И с винами вы можете поэкспериментировать так же, как с блюдами: создавайте свое собственное мнение, совершайте открытия, и вы получите от приготовления еды еще большее наслаждение.

Многообразие круп

Зерно злаковых растений состоит из ядра, содержащего крахмал, внутри которого находится богатый протеинами эмбрион, или зародыш, из внешних семенных оболочек, также содержащих протеин, и неупотребляемой в пищу цветочной пленки, шелухи, которая покрывает зерно снаружи. Зерна культурных злаков, к которым относится не более дюжины видов растений, служат основой для диетического питания в большинстве стран мира. На иллюстрации сухие зерна представлены в виде круп — зерен без оболочек — и производных продуктов.

Зерна некоторых злаков — особенно часто риса и ячменя — шлифуют, то есть полностью удаляют цветочную пленку. После такой обработки зерна приобретают гладкую, ровную поверхность и быстрее готовятся. Иногда целые зерна дробят на части, из которых получают крупу, или же более тщательно перерабатывают в муку крупного или мелкого помола. Если дробленые зерна нагреть и расплющить под специальном прессом, они превратятся в хлопья.

Из пшеницы вырабатывают недробленую и дробленую крупу, хлопья, муку крупного помола и, конечно, муку мелкого помола. Целые зерна пшеницы хорошо сохраняют свою форму при готовке и обладают весьма приятным вкусом. Многие продукты, полученные из пшеницы, носят свои собственные названия. *Бургуль (Burghul)* представляет собой крупу из дробленой пшеницы, зерна которой перед дроблением отварили и высушили. Манная крупа производится из особого сорта пшеницы — так называемой твердой пшеницы *(triticum durum)*. Переработанная манная крупа называется кускус; в домашних условиях его можно приготовить из различных сортов манной крупы, мелко растерев крупинки и сформировав из полученной муки маленькие комочки, которые затем нужно последовательно пропустить через крупное и мелкое сито — через крупное, чтобы придать комочкам шарообразную форму, через мелкое, чтобы отсеять оставшуюся крупу. На фабриках кускус производят из манной крупы при помощи специальных прессовочных машин.

Зерна пшеницы очень похожи по строению на зерна ржи, хотя последние отличаются более темным цветом и более грубоватым вкусом. Тем не менее рожь — весьма ценный продукт, употребляемый в пищу как

Недробленая пшеничная крупа

Ржаная крупа

Коричневый рис

Дробленая пшеничная крупа

Бургуль

Продолговатый белый (шлифованный) рис

Кускус

Манная крупа

Пшеничные хлопья

в надрубленном виде, так и в виде производных форм. И если при приготовлении блюд у вас не окажется под рукой пшеницы, указанной в рецепте, вы смело можете использовать вместо нее рожь.

Рис бывает самых разных форм и размеров. Каждый сорт имеет свой набор химических элементов, и от этого зависит то, как следует его готовить. Продолговатый рис получается рассыпчатым, тогда как зерна овального риса обычно слипаются. Оба сорта встречаются в продаже как в необработанном виде (коричневый рис), так и в шлифованном (белый рис). Менее распространенным сортом является клейкий рис, пришедший к нам из восточной кухни. Внешне он похож на обычный овальный рис, но при приготовлении сильно разваривается, превращаясь в густую массу.

Дикий рис не является рисом. Это зерна редкого дикого злака, растущего на болотах в некоторых областях Северной Америки. Дикий рис высоко ценится благодаря особому ореховому вкусу. Он всегда продается в своем натуральном, неотшлифованном виде.

В то же время белый и желтый маис или кукурузу чаще можно встретить в виде муки. Иногда, правда, сухие початки вымачивают в щелоке и при помощи раствора удаляют жесткую внешнюю оболочку. Очищенные таким образом зерна кукурузы варят, чтобы смыть с них щелочь, и высушивают. Полученный продукт называется мамалыгой. Из нее делают недробленую и дробленую крупу, а также муку грубого помола.

Ячмень употребляется в пищу необработанным — в виде ячменной крупы и шлифованным — в виде перловой крупы. Также его дробят или перемалывают в муку крупного помола.

Гречиха не принадлежит к зерновым культурам, это растение, родственное щавелю или ревеню, однако плоды гречихи готовятся так же, как зерна злаков. Из гречихи вырабатывают крупу ядрицу и муку крупного помола: для улучшения вкусовых качеств продукта зерна предварительно обязательно обжариваются.

Просо имеет хрупкие зерна, обладающие нежным, приятным вкусом, которые даже в недробленом виде быстро разваривaются и превращаются в кашу. Еще одним злаком с мягкими зернами, отличающимися характерным сладковатым вкусом, является овес.

Дикий рис

Ячменная крупа

Гречневая крупа

Овсяная недробленая крупа

Овальный белый рис

Перловая крупа

Обжаренная гречневая крупа – ядрица

Овсяная мука

Дробленая кукуруза (мамалыга)

Кукурузная крупа

Пшено дранец

Овсяные хлопья

Традиционные виды макаронных изделий

Макаронные изделия изготавливаются из муки или манной крупы, которую сначала разводят водой, а затем полученному тесту придают любую форму. На этих страницах мы представили вам лишь некоторые образцы макаронных изделий, которые вы можете встретить в продаже. Несмотря на то что все изображенные на иллюстрации макаронные изделия являются готовыми продуктами, многие из этих видов вы можете сделать сами в домашних условиях *(см. стр. 48)*. Домашние макароны обычно употребляются в пищу непосредственно после изготовления, тогда как готовые макаронные изделия продаются в сухом виде и могут храниться до 6 месяцев, что никак не отражается на их вкусовых свойствах.

Манная крупа, используемая в западных странах для изготовления макаронных изделий, вырабатывается исключительно из твердого сорта пшеницы — *triticum durum*, из которой получается пластичное, легко поддающееся формовке тесто. Однако на Востоке вы можете встретить в магазинах макаронные изделия, изготовленные не из пшеницы, но из других продуктов. «Соба», обладающая характерным вкусом, производится из гречневой муки; рисовая лапша имеет мягкий, тонкий вкус и мягкое, тонкое строение; «целлофановая лапша», которую делают из соевой или бобовой муки, становится упругой и скользкой после варки.

Спагетти и макароны — самые известные макаронные изделия, однако кроме них существуют сотни других сортов, включая многочисленные разновидности лазаний, лапши и более мелких видов, которые могут принимать любые формы, от колесиков до бабочек. Большинство этих макаронных изделий бывают самых разных размеров, а многие сорта встречаются и с гладкой, и с рифленой поверхностью.

С названиями макаронных изделий происходит большая путаница. Многие виды, продающиеся в настоящее время на Западе, пришли из Италии, поэтому большинство из них носит итальянские названия. Но разные области Италии используют разные названия для практически одинаковых сортов. Поэтому когда вы покупаете макаронные изделия, смотрите на их форму, а не ломайте голову над тем, как они называются.

Внутренний голос подскажет вам, что некоторые формы макаронных изделий носят определенное практическое назначение. Так очевидно, что для приготовления блюда, в котором густой соус заливается между слоями теста *(см. стр. 62)*, необходимы плоские, широкие пласты, например лазанья. Длинные нити макарон легко укладываются спиралью *(см. стр. 68)*, чего нельзя сделать с другими сортами макаронных изделий. Тем не менее здесь не существует жестких рамок. И даже если в рецепте заранее оговорена форма макаронных изделий, которые нужно использовать для приготовления данного блюда, вам самим предстоит решить, насколько строго следует придерживаться указаний.

Веретено

Клецки по-сардински

Бабочки

Перья

Ракушки

Спагетти

Спагетти из необработанной пшеницы

«Язычки»

Рожки

Тренетте, или рифленая лапша

Узкие тренетте

«Тысяча полосок»

Каннеллони, или большие трубки

Ригатони, или большие полосатые трубки

Лазаньи

Лазаньи с одним рифленым краем

Богатый мир бобовых

Чечевица, горох, фасоль и бобы, имеющие общее название бобовые, являются семенами растений семейства бобовых, чья характерная особенность заключена в том, что семена зреют в стручках. Слово «бобовые» одновременно означает и свежие, и сухие виды бобов, гороха и чечевицы, однако под бобовыми мы подразумеваем только сухие овощи.

Сотни сортов бобовых культур продаются в сухом виде, многие из них бывают разных цветов. Дело усложняется тем, что многие бобовые носят одинаковые названия. Ниже представлены сорта, распространенные в Европе, однако незнакомый внешний вид или название не должны остановить вас от покупки неизвестных сортов.

Плоды всех бобовых состоят из двух равных долей, покрытых жесткой кожицей. Иногда их продают лущеными — удаляют с зерен кожицу, и они распадаются на две половины. Лущеные бобовые выглядят иначе, чем целые. Например, лущеная фасоль маи *(Phaseolus mungo)* имеет желтый цвет, тогда как кожица у нее зеленая. Лущеные бобовые готовятся быстрее, чем в целом виде, но они хуже сохраняют форму и легко развариваются.

Сухие бобовые могут без проблем храниться весьма долгое время. Тем не менее мы не советуем вам употреблять в пищу зерна, которым больше одного года: с течением времени они становятся жесткими и требуют долгого приготовления. Иногда они высыхают настолько, что в воде распадаются на части, так и не став мягкими. Так как по внешнему виду бобов невозможно сказать, сколько времени они лежали, мы рекомендуем покупать их время от времени в небольшом количестве в солидных магазинах, имеющих быстрый товарооборот.

Латинское название чечевицы — *lens* — впоследствии было заимствовано для обозначения оптических линз, поскольку выпуклая поверхность стекла напоминала по форме чечевичное зерно. Наиболее часто в продаже встречаются лущеная красная чечевица, которую также иногда называют Египетской, и более крупная бежевая чечевица. Красная чечевица обладает мягким вкусом, тогда как бежевая имеет более резкий вкус. Мелкосеменная чечевица — сорт с маленькими пестрыми зелеными зернами или серо-голубыми зернами — встречается реже,

Красная чечевица

Лущеный зеленый горох

Соя

«Куриный горошек»

Мелкозеренная чечевица

Лущеный желтый горох

Полевые бобы

Бежевая чечевица

Нелущеный зеленый горох

Широкие бобы

Пятнистый горох с «глазками»

но особо ценится за свой тонкий, нежный вкус и способность сохранять форму в процессе приготовления.

Несмотря на то что все бобовые относятся к одному семейству, слова «горох» и «бобы» могут обозначать целый ряд бобовых продуктов. Зерна круглой формы объединены под общим названием «горох», овальные или почковидные зерна называются бобами. Однако зерна пятнистого гороха с так называемыми «глазками» имеют продолговатую форму и поэтому нередко их причисляют к бобам.

Желтый и зеленый горох являются разновидностями гороха обыкновенного. Оба сорта сладкие на вкус, но у зеленого гороха он более резко выражен. Они встречаются в лущеном и в целом виде.

Желтая соя, изображенная на иллюстрации, обладает мягкими вкусовыми свойствами, а соя с черными зернами прославилась благодаря своему сладкому, насыщенному вкусу. «Куриный горошек» напоминает на вкус орех и имеет хрупкую структуру. Зерна широких и зерна полевых бобов, известных также под названием *foul medames*, имеют мучнистую структуру и покрыты жесткой оболочкой, которая удаляется путем вымачивания или отваривания. «Голубиный горошек» и пятнистый горох с «глазками» — очень сочные сорта с необычным привкусом.

Остальные бобовые, представленные на иллюстрации, принадлежат к многочисленному семейству фасолей. Маи и адзуки имеют сладкие зерна, «масляная фасоль» — мягкие на вкус гладкие бобы. Прочие сорта — черная или черепаховая фасоль, коричневая Датская фасоль, обыкновенная фасоль, белая, пятнистая крапчатая, «борлотти», «флажоле», «каннеллини» и красная фасоль — являются разновидностями фасоли обыкновенной. Все они обладают мучнистыми зернами, которые, однако, бывают самого разного вкуса — от грубоватого и резкого до тонкого и изысканного. Самый богатый, мясной вкус у красной фасоли, пятнистая фасоль и «борлотти» отличаются ореховым привкусом. В мексиканской кухне часто используют розовую фасоль, родственную пятнистой. «Флажоле» — это настоящее сокровище в семье фасолей. Она обладает великолепным свежим и изысканным вкусом.

Маи

Черная фасоль

Коричневая Датская фасоль

Белая фасоль

«Голубиный горошек»

Адзуки

Пятнистая крапчатая фасоль

Фасоль «борлотти»

«Масляная фасоль»

Фасоль «флажоле»

Фасоль «каннеллини»

Красная фасоль

Три вида соусов

Три соуса, представленные на этих страницах, принадлежат к числу тех коронных блюд, которые существуют в репертуаре всякого кулинара. Это белый соус, томатный соус и мясной соус *(рецепты на стр. 165—166)*. Ни один из них не имеет строгих правил приготовления. В частности, рецепты мясного соуса могут варьироваться в зависимости от ваших пристрастий и от содержимого ваших кухонных шкафов.

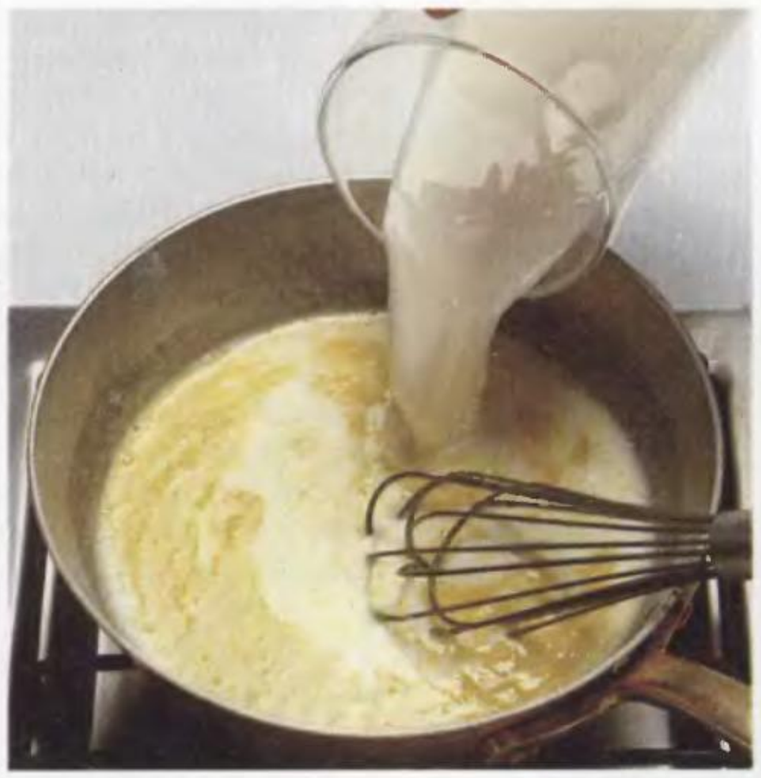
Первый этап в приготовлении белого соуса *(см. рис. справа)*: растопить сливочное масло, смешать его с мукой и приготовить пассеровку. Затем развести молоком и кипятить на медленном огне около 40 минут, пока соус не потеряет своего мучного привкуса. В полученную массу вы можете по желанию добавить сливки. Этот соус используется в таких блюдах, как лазанья *(см. стр. 62)* и макароны с сыром *(рецепт на стр. 129)*. А если взять меньше молока и приготовить сверхжирный соус, он станет основой для многочисленных суфле *(см. стр. 74)*.

Простейший томатный соус *(см. рис. на следующей стр. вверху)* готовится из неочищенных помидоров, разрезанных на четвертинки путем варки в собственном соку при медленном кипении, пока они не превратятся в густое пюре. Затем следует отделить семена и кожицу при помощи сита и варить до тех пор, пока соус не достигнет нужной консистенции. Также вы можете добавить в него немного сливок или зелени. Если у вас не оказалось под рукой свежих помидоров, вы можете заменить их консервированными томатами.

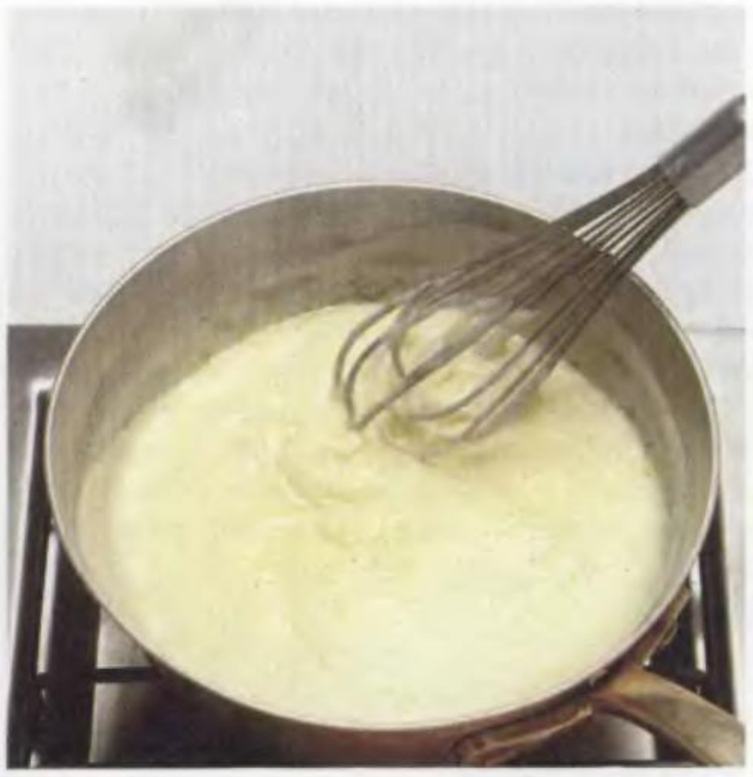
Другой способ приготовления томатного соуса: очистить помидоры от кожицы и семян до того, как начать варить их. Для этого опустить помидор на мгновение в кипящую воду, содрать кожицу, затем разрезать пополам в горизонтальном направлении и извлечь семена. При этом способе не нужно процеживать полученную массу через сито. Томаты следует немного потушить в собственном соку, пока они не превратятся в густой, ароматный соус. Любой из этих двух томатных соусов может подаваться к отварным или запеченным блюдам *(см. стр. 40 и 71)*.

Мясной соус *(см. рис. справа)* — это обыкновенное жаркое, в котором все ингредиенты мелко нарезаны. Сначала нужно зажарить мясо с овощами, затем час или два тушить, пока они не станут мягкими. Вы можете использовать остатки уже приготовленного мяса, смешав их, если захотите, с сырым мясом. Ароматические овощи — репчатый лук, лук-порей, сельдерей и морковь — придадут блюду особый пикантный вкус. Очень важным ингредиентом являются томаты — они не только улучшают вкус соуса, но также делают его более густым и окрашивают в красивый красный цвет. На этом рисунке вы видите, что также в соус хорошо добавить немного сушеных грибов. Как и томатный, мясной соус может подаваться и к отварным *(см. стр. 61)*, и к запеченным *(см. стр. 62)* блюдам.

Масло, мука и молоко, чтобы развести массу

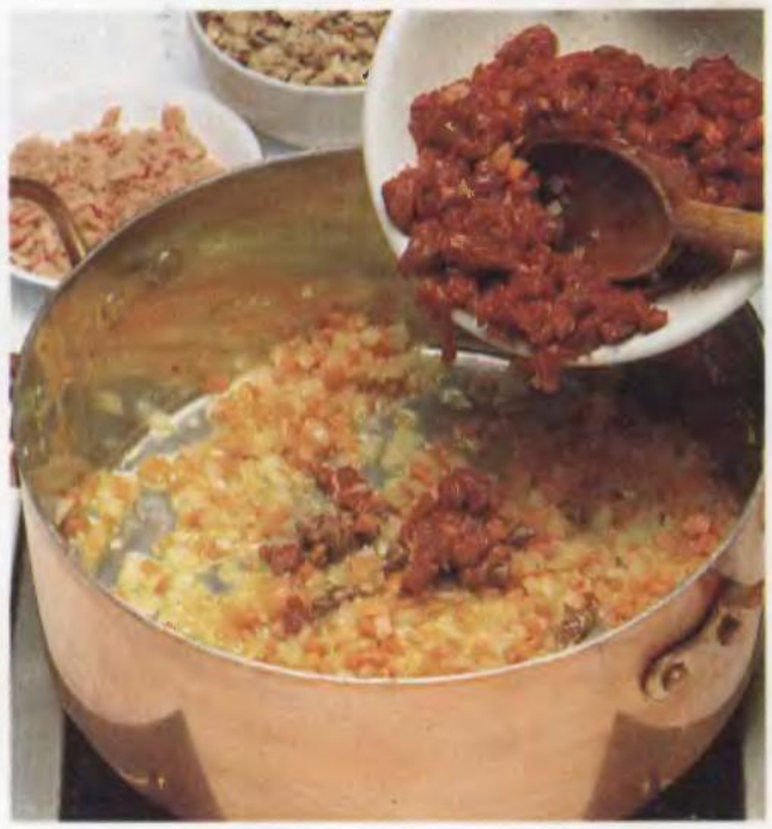


1 **Добавление молока.** Поставьте сковороду на медленный огонь, положите в нее большой кусок сливочного масла и растопите его. Добавьте такое же количество муки. При помощи венчика смешайте муку с маслом, чтобы получилась однородная масса. Пассеруйте ее на медленном огне в течение 2—3 мин, затем залейте холодное молоко, непрерывно помешивая *(см. рис. вверху)*.

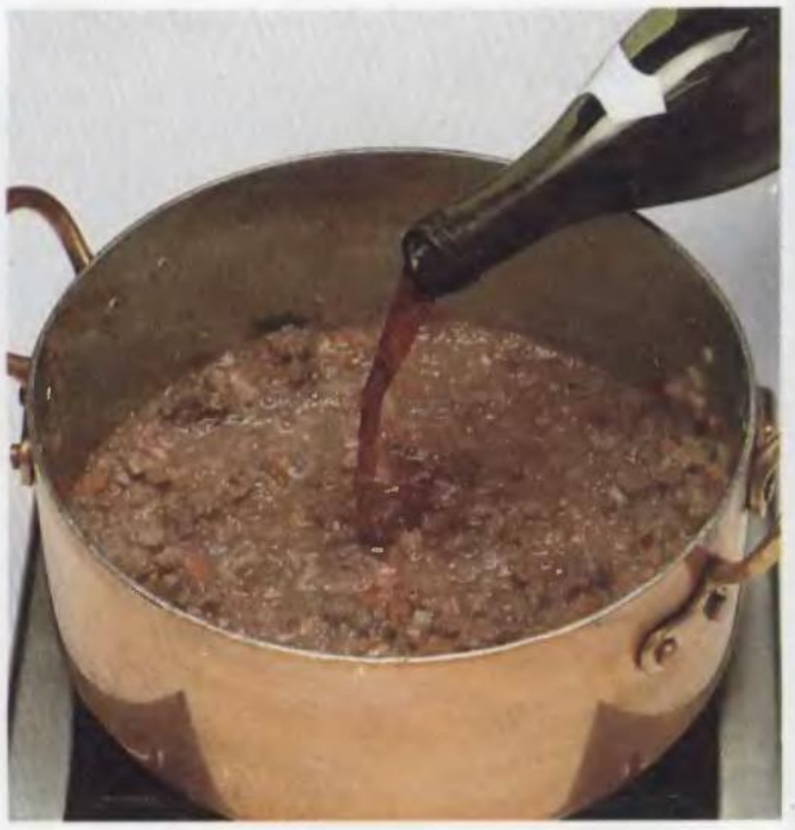


2 **Приготовление белого соуса.** Помешивая, доведите соус до кипения, затем сделайте огонь совсем маленьким, чтобы соус едва кипел. Оставьте его, не накрывая сковороды крышкой, приблизительно на 40 мин, время от времени помешивая массу. Количество соуса должно заметно уменьшиться *(см. рис. вверху)*. Посолите соус и добавьте немного тертого мускатного ореха.

Пряный вкус соуса, приготовленного из разного мяса



1 **Обжаривание мяса.** Мелко нарубите репчатый лук и морковь. Положите их в большую кастрюлю, налейте растительное масло и тушите на медленном огне. Увеличьте температуру и добавьте мелко нарезанную сырую говядину. Помешайте мясо, чтобы оно обжарилось со всех сторон, затем добавьте немного готового мяса — в нашем случае это кусочки ветчины и свинины.

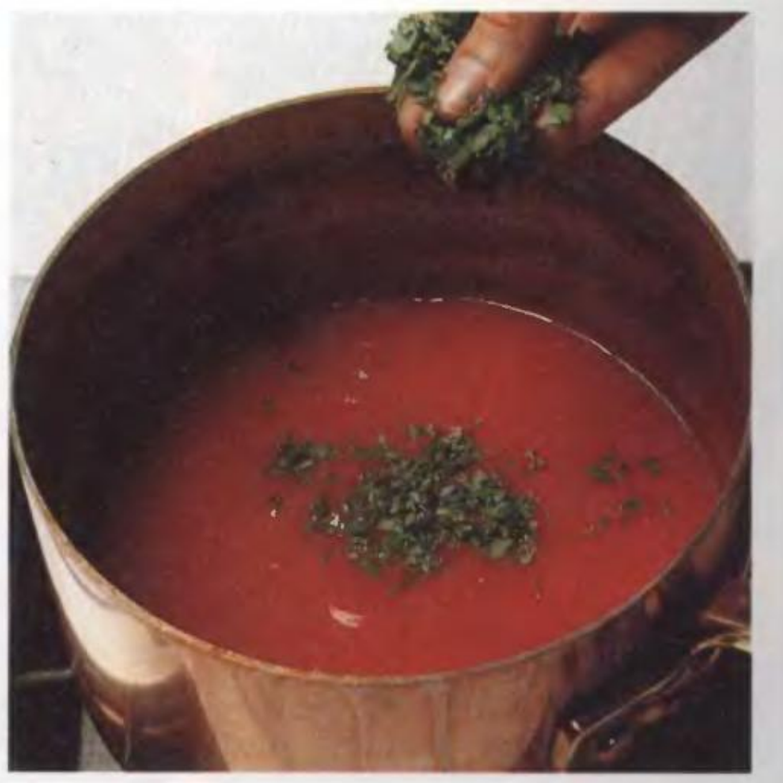


2 **Тушение мяса в вине.** Некоторое время готовьте мясо вместе с овощами, пока мясо не станет темно-коричневого цвета. Затем добавьте сухого красного или белого вина *(см. рис. вверху)* и тщательно перемешайте массу, чтобы растворить осевшие на дне частицы. Добавьте стакан крепкого бульона *(стр. 21)* или воды.

Томатное пюре на скорую руку

1 **Подготовка помидоров.** Разрежьте помидоры на четыре части и поместите их в сковороду вместе с зеленью — мы взяли лавровый лист, петрушку и чабрец. Добавьте немного крупной соли и, по вашему желанию, несколько кружочков репчатого лука или мелко порезанный зубок чеснока. Доведите томаты до кипения, осторожно раздавите их деревянной ложкой.

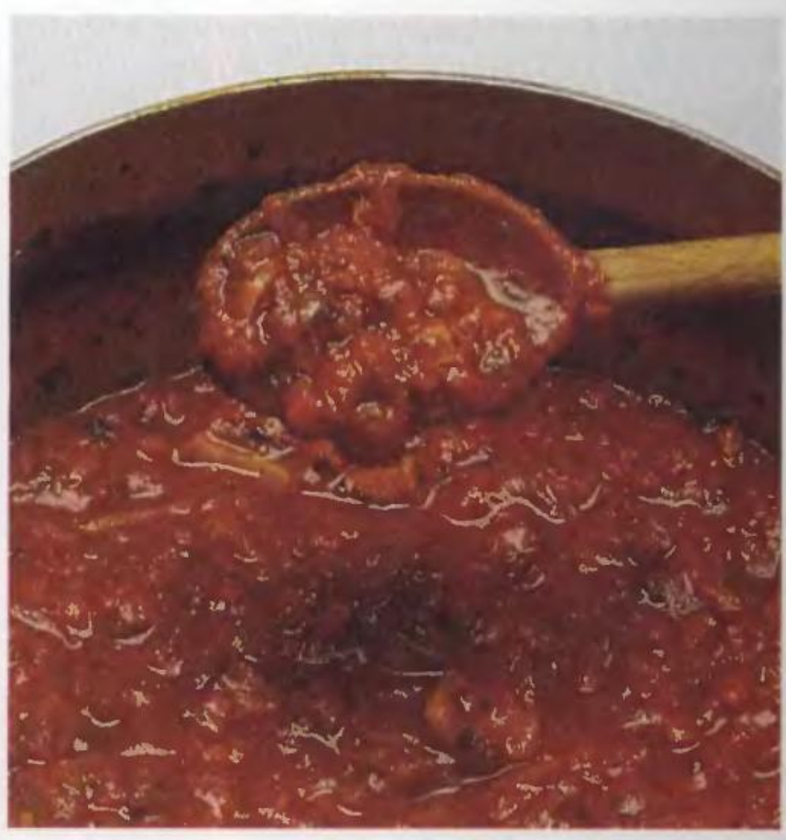
2 **Протирание помидоров.** Приблизительно после 10 мин кипения помидоры превратятся в неоднородную густую массу. Тогда достаньте их и поместите в сито, расположенное над миской. При помощи пестика продавите томаты через сито. Удалите семена и кожицу, оставшиеся в сите. Положите томатную пасту назад в кастрюлю.



3 **Получение соуса.** Варите процеженную томатную массу на медленном огне, пока она не приобретет нужной консистенции. Добавьте в готовый соус соль и перец и посыпьте зеленью — мы взяли базилик и петрушку.

3 **Добавление приправ.** Положите немного сушеных грибов в небольшую миску и залейте холодной водой. Оставьте их там на полчаса, чтобы они стали мягкими. Мелко нарежьте чеснок и петрушку. Добавьте их вместе с грибами и ломтиком лимона в соус. Жидкость из-под грибов вылейте.

4 **Добавление помидоров.** Возьмите несколько помидоров, вырежьте у них сердцевину и опустите на несколько секунд в кипяток, чтобы очистить их от кожицы. Отделите кожицу. Разрежьте их на дольки, удалите семена и крупно нарежьте. Бросьте помидоры в соус и перемешайте с прочими ингредиентами.



5 **Проверка консистенции.** Готовьте соус при очень слабом кипении, пока мясо не станет мягким,— как минимум полтора часа. Оставьте кастрюлю приоткрытой, чтобы вы могли следить за приготовлением соуса, а также чтобы соус мог выкипеть и достигнуть желаемой консистенции *(см. рис. вверху)*.

1

Блюда из круп

Искусные вариации простых рецептов

Варка в кипящей воде и на пару

Идеально приготовленный рис

Разные виды ризотто

Хорошо обжаренные крокеты

Изобретаем блюда из кукурузной крупы

Спелые зерна злаковых культур, собранные с колосьев, всегда высушиваются, независимо от того, будут ли их потом дробить, перемалывать в муку, превращать в хлопья или же оставлять целыми. Поэтому чтобы снова стать мягкими и набухнуть, им необходимо впитать в себя влагу. Вот почему варка в кипящей воде и варка на пару являются едва ли не единственными способами приготовления круп. Однако это никоим образом не лишает вас возможности проявить свою фантазию. Благодаря тому, что крупы гармонично сочетаются по вкусу практически с любыми овощами, любой рыбой или мясом, вы можете приготовить множество самых разнообразных блюд, используя лишь эти основные кулинарные методы. Как только зерна достаточно набухнут, перед вами откроется широкое поле деятельности. Например, любую мелко дробленую крупу, из которой сварили самую обыкновенную кашу, можно возвысить до более высокого кулинарного уровня, если остудить, нарезать на куски определенной формы и запечь *(см. стр. 40)*.

Рис — это крупа, которая чаще других вдохновляла человека на кулинарные изыски: искусные манипуляции с простыми способами приготовления этого продукта приводят к совершенно разным результатам даже при одинаковом наборе ингредиентов. Чтобы получить рассыпчатый рис, необходимый для плова, его обжаривают на растопленном жиру, затем варят при слабом кипении, стараясь как можно меньше беспокоить, в том объеме воды, какой может впитать рис, не переварившись *(см. стр. 20)*. Для приготовления ризотто *(см. стр. 22)* берут овальный рис, варят его на сильном огне и непрерывно помешивают, после чего рис превращается в вязкую, разбухшую кашу. А для увеличения жирности в ризотто кладут тертый сыр и сливочное масло. Чтобы получить еще одно вкусное блюдо из риса, крупу обваривают кипятком, затем выкладывают на сковороду, где уже растоплено сливочное масло, и готовят в малом количестве воды. Как только зерна, находящиеся на дне, обжарятся и покроются золотистой корочкой, оставшийся рис доводится до полной готовности на пару *(см. стр. 24)*. А если у вас есть уже сваренный в воде или на пару рис, вы можете его поджарить *(см. стр. 32)*, можете слепить из него шарики и приготовить во фритюре *(см. стр. 34)* или запечь в духовке с рыбой, например, лососем *(рецепт на стр. 102)* или мясной начинкой *(рецепт на стр. 104)*.

Все крупы представляют собой отличную основу для творчества. С их помощью вы превратите в питательную пищу любые из имеющихся у вас продуктов, будь то остатки готового мяса, свежие или сушеные овощи, соки, орехи или специи. А такие всеми любимые блюда, как паэлья или кускус, изначально основаны на импровизации. Паэлья — это блюдо из ароматизированного шафраном риса, сочетающегося практически с любыми свежими продуктами, которые есть под рукой. Так, в паэлью можно одновременно положить мясо (или птицу) и рыбу (или морские продукты) *(см. стр. 28)*. Кускус — блюдо из сырого мяса и овощей, в которое добавляют крупу — обычно манную,— сваренную на пару. Его готовят из молодой баранины, курицы, дичи или рыбы, бобовых и свежих овощей *(см. стр. 36)*.

Овальный шлифованный рис, предназначенный для приготовления «*Ризотто по-милански*» *(стр. 23)*, засыпается в кастрюлю, где уже тушатся в растопленном масле нарезанный репчатый лук и говяжий костный мозг. Чтобы добиться характерной для ризотто вязкой консистенции, необходимо время от времени добавлять в рис немного горячего бульона и систематически его помешивать.

Три основных способа приготовления риса

Кулинарные книги изобилуют подробными и очень противоречивыми описаниями самых лучших способов приготовления круп. На самом деле, существует много путей, приводящих к хорошим результатам: мы расскажем вам о трех самых известных техниках.

Самый простой метод — сварить крупу в большом количестве воды *(справа)*. Чтобы зерна не слипались и не прилипали ко дну кастрюли, нужно сначала довести воду до кипения и только потом засыпать крупу, размешав ее в воде. Если вы взяли больше воды, чем могут поглотить зерна, вам нужно слить остаток, а готовую крупу просушить и припустить — в духовке или же на очень медленном огне. Приблизительное время приготовления для отдельных видов круп указано в таблице *(стр. 19 в рамке, вверху)*.

В таблице также указан объем воды, необходимый для приготовления круп по второму методу — варке в определенном количестве жидкости. Согласно этому способу, готовые зерна поглощают всю жидкость, поэтому нет необходимости сливать воду и подсушивать их. Дикий рис *(справа, внизу)* нужно вымачивать несколько часов в холодной воде (или, как на этом рисунке, один час в горячей воде), чтобы зерна стали мягкими. После вымачивания зерна размягчаются и легче развариваются, однако оно не влияет ни на время приготовления крупы, ни на количество жидкости, необходимое для приготовления.

Варка на пару *(стр. 19 в рамке, внизу)* занимает больше времени, чем остальные способы. Также она не подходит для приготовления долгоразваривающихся круп, таких, как ячмень или коричневый рис. На практике так варят только белый рис. Чтобы рис получился мягким, перед приготовлением его вымачивают в течение 1 ч. Большинство паровых кастрюль имеет два отделения: нижнее предназначено для воды, а перфорированное верхнее, снабженное крышкой,— для пищи. Чтобы зерна не могли попасть в воду, на дно верхнего отделения нужно постелить муслин.

Какой бы способ вы ни решили использовать, не полагайтесь только на данные, приведенные в таблицах. Ведь время приготовления крупы зависит от таких мелочей, как сорт или время хранения. К тому же разные люди предпочитают разную степень готовности продукта. За пять минут до самого раннего указанного в таблице срока проверьте зерно на готовность: для этого сожмите его между большим и указательным пальцами руки. Если зерно достаточно мягкое, блюдо можно подавать на стол.

Отваривание в неограниченном объеме воды

1 **Отваривание продолговатого белого риса.** Наполните большую кастрюлю почти до краев подсоленной водой и доведите воду до кипения. В кипящую воду медленно засыпьте рис *(см. рис. вверху)*. Сразу же после этого хорошо помешайте, чтобы зерна не слипались друг с другом. Чтобы избежать полного выкипания воды, добавьте в кастрюлю столовую ложку растительного масла и не накрывайте крышкой.

2 **Сливание воды.** Для того чтобы выяснить, готов ли рис, достаньте несколько зерен и попробуйте их раскусить или сожмите кончиками пальцев. Если зерна уже мягкие снаружи, но еще немного твердые в середине, откиньте содержимое кастрюли на дуршлаг *(см. рис. вверху)*. Рис дойдет до полной готовности во время сушки на противне в духовке.

Отваривание в дозированном объеме воды

1 **Замачивание дикого риса.** Возьмите определенное количество дикого риса и положите его в большую емкость. Залейте его кипятком *(см. рис. вверху)* так, чтобы рис был полностью погружен в воду. Оставьте его вымачиваться.

2 **Приготовления к отвариванию дикого риса.** Приблизительно через час процедите дикий рис через дуршлаг над раковиной. Отмерьте необходимое количество воды — в три раза превосходящее первоначальный объем риса *(см. таблицу на стр. 19)* — и налейте воду в кастрюлю. Добавьте соль и засыпьте процеженный рис *(см. рис. вверху)*.

3 **Подсушивание риса и подача на стол.** Высыпьте рис на большой плоский противень и равномерно распределите его по всей поверхности. Накройте крышкой и поставьте на 10—15 мин в духовку, заранее нагретую до 150° С. Когда рис станет достаточно сухим, достаньте противень. Положите в готовый рис несколько кусочков сливочного масла и помешайте при помощи вилок, чтобы не раздавить зерна. Подавать на стол рис следует непосредственно после приготовления. ♦

Сколько воды требует каждая крупа

В представленной ниже таблице указаны приблизительный объем воды, поглощаемый разными видами крупы в процессе приготовления, и время приготовления этих круп. Вы можете варить крупы в большем объеме или увеличить время варки. Однако не следует слишком часто открывать кастрюлю, иначе пар улетучится и зерна останутся недоваренными.

Крупа	Соотношение воды и крупы	Примерное время приготовления (в минутах)
Коричневый рис	2:1	50—60
Гречневая крупа	2:1	15—20
Пшено	3:1	15—20
Овсяная крупа	2:1	60—90
Перловая крупа	2—2,5:1	90
Ячменная крупа	2—2,5:1	90
Ржаная крупа	2:1	60—90
Пшеница	2:1	60—90
Белый рис	2:1	18—20
Дикий рис	3:1	45

3 **Отваривание дикого риса при слабом кипении.** Доведите воду до кипения, помешайте рис и убавьте огонь. Накройте кастрюлю крышкой и варите рис при слабом кипении около 45 мин, до тех пор, пока рис целиком не поглотит всю жидкость *(см. рис. в верхнем углу)*, и зерна не будут мягкими на ощупь. Снимите кастрюлю с плиты; положите в нее маленькие кусочки сливочного масла и помешайте рис. Подавать на стол рис следует непосредственно после приготовления. ♦

Вымачивание и распаривание риса

Распаривание риса в муслине. Замочите рис в холодной воде как минимум на 1 ч, затем откиньте его на дуршлаг и процедите. Наполните нижнее отделение паровой кастрюли наполовину водой и доведите ее до кипения. Затем установите верхнее отделение кастрюли и застелите дно тонким слоем муслина. Засыпьте сверху рис и накройте его краями муслина. Закройте кастрюлю крышкой и варите рис на пару 25—30 мин или до того времени, когда он станет мягким.

Искусство приготовления плова

Один из самых простых способов получить рассыпчатый рис — обжарить его в небольшом количестве растительного масла или в растопленном жиру, а затем плотно закрыть крышкой и варить при слабом кипении в строго дозированном объеме жидкости. Пропитанные жиром внешние оболочки зерен не дают им слипнуться друг с другом. Однако даже в этом случае необходимо готовить рис на медленном огне, не размешивая, чтобы рис не превратился в кашу.

Блюда из круп, приготовленных таким образом, называются пловами. В западной кулинарии термином «плов» традиционно обозначают отварной рис — обычно продолговатый рис, как это видно на иллюстрациях,— но «плов» не обязательно делать только из риса. Любую дробленую или недробленую крупу можно приготовить таким образом. На Среднем Востоке, откуда и произошло название этого блюда, часто можно встретить плов из дробленой пшеницы; на рисунке справа, снизу показано, что для приготовления плова можно использовать перловую крупу *(рецепт на стр. 107)*.

Простейший плов — обжаренная в масле крупа, которую затем варят на медленном огне в обыкновенной воде,— является великолепным гарниром к любому блюду, если его подать с густым, пряным соусом. Если вы хотите сделать блюдо вкуснее, приготовьте его на крепком бульоне *(см. стр. 21 в рамке)* или добавьте в крупу овощи, причем можете сделать это как в начале, так и в конце варки. На наших иллюстрациях вы видите приготовление рисового плова, в который в последний момент положили помидоры, и приготовление плова из перловой крупы с грибами и репчатым луком на мясном бульоне.

Крупа для плова готовится столько же времени, сколько при обыкновенной варке в кипящей воде *(см. стр. 19 в рамке)*. Рис поглощает объем жидкости, приблизительно в два раза превосходящий его собственный объем. Для прочих круп не всегда можно точно сказать, сколько воды им потребуется. Если вы не твердо уверены в том, сколько вам нужно взять для варки воды, добавляйте воду в два-три приема, как сделали мы при приготовлении плова из перловой крупы. Сначала налейте приблизительно столько воды, сколько занимает крупа, чуть позже добавьте еще немного — примерно такое же количество, как в первый раз, или чуть-чуть поменьше, если не вся жидкость успела впитаться в зерна. В конце приготовления добавьте еще одну порцию воды — конечно, в том случае, если зерна поглотили всю жидкость.

Рис с помидорами

1 **Обжаривание риса на сливочном масле.** Поставьте на медленный огонь большую кастрюлю и растопите немного сливочного масла. Отмерьте столько риса, сколько вам необходимо, и засыпьте его в растопленное масло. Обжаривайте рис, постоянно помешивая деревянной ложкой, 2—3 мин, пока зерна не впитают жир и не потемнеют.

2 **Отваривание риса на медленном огне.** Залейте рис, как обычно, двойным объемом кипящей воды. Посолите рис и помешайте, чтобы зерна не прилипли ко дну. Затем убавьте нагрев — вода должна едва кипеть — и накройте кастрюлю крышкой.

Перловая каша с грибами

1 **Приготовление перловой крупы с репчатым луком.** В большую кастрюлю положите немного сливочного масла и добавьте мелко нарезанный репчатый лук. Помешивайте лук деревянной ложкой, пока он не станет мягким. Затем засыпьте необходимое количество перловой крупы и обжаривайте до тех пор, пока она не приобретет золотистый цвет.

2 **Добавление грибов.** Промойте грибы и разрежьте их пополам или на четыре части. Поджарьте их немного на сильном огне на сливочном или растительном масле. Смешайте жареные грибы с перловой крупой и луком *(см. рис. вверху)*.

3 **Смешивание риса со сливочным маслом.** Готовьте рис на очень медленном огне 18—20 мин, стараясь не беспокоить его. Когда вся жидкость впитается, снимите кастрюлю с плиты. Добавьте сливочное масло, разрезанное на мелкие кусочки. При помощи двух вилок осторожно смешайте масло с рисом *(см. рис. вверху)*. Можно подавать рис на стол или добавить в него для вкуса помидоры *(этап 4)*.

4 **Добавление в рис помидоров.** Пока рис готовится, возьмите несколько помидоров, вырежьте у них сердцевину и опустите в кипяток. Затем снимите кожицу, разрежьте помидоры на четыре части, выньте семена и крупно нарежьте. Поджарьте их на сковороде в небольшом количестве сливочного масла, добавьте соль и перец. Переложите приготовленные помидоры в кастрюлю с рисом и осторожно смешайте *(см. рис. вверху)*. ♦

3 **Тушение на мясном бульоне.** Полейте перловую крупу из половника крепким мясным бульоном или водой *(см. рис. вверху)*. Закройте кастрюлю и поставьте ее на полчаса готовиться на медленном огне или же поместите в духовку, нагретую до 180° С. Затем долейте столько же жидкости, сколько добавляли в первый раз, или немного меньше в том случае, если жидкость еще не вся впиталась в крупу.

4 **Готовое блюдо.** Крупу варите на медленном огне в течение 30 мин под крышкой до тех пор, пока зерна не поглотят всю жидкость. Проверьте, нужно ли посолить полученное блюдо, и добавьте соль, если это необходимо. Добавьте мелко нарезанной зелени петрушки и хорошенько перемешайте. Блюдо можно подавать на стол. ♦

Как приготовить мясной бульон

Для того чтобы сварить крепкий мясной бульон, полезный для приготовления любого вида круп, возьмите ароматические овощи — например, репчатый лук, морковь, лук-порей и сельдерей,— зелень и куски разного мяса. Мы использовали говядину, от которой бульон становится наваристым, а также курятину и телятину, быстро придающие ему слегка сладковатый вкус *(рецепт на стр. 165)*. Мясо и овощи следует варить до тех пор, пока жидкость не наполнится их ароматом, затем бульон процеживается.

1 **Добавление овощей.** Положите мясо в большую кастрюлю и залейте холодной водой. Медленно доведите воду до кипения и удалите с поверхности пену. Добавьте ароматические овощи и зелень; снова снимите пену. Неплотно прикройте кастрюлю крышкой.

2 **Процеживание бульона.** Уменьшите нагрев настолько, чтобы бульон едва кипел, и варите в течение 4—5 ч. Затем процедите жидкость через дуршлаг, накрытый муслином. Оставьте бульон на некоторое время, подождите, пока на его поверхности не соберется жир, и при помощи салфеток снимите его.

Ризотто: жидкий и вязкий рис

Хотя в большинстве случаев основная задача при приготовлении риса — добиться рассыпчатой крупы, ризотто является исключением из этого правила. Рис в ризотто должен получиться жидким — таким, чтобы его можно было свободно лить. Консистенция готового продукта достигается непрерывным помешиванием в процессе варки, в результате которого разрушаются внешние крахмалистые слои риса, и зерна, оставаясь твердыми на вкус, образуют вязкую, густую кашу.

Главное, что требуется для ризотто,— это овальный белый рис, который легче и быстрее разваривается, чем продолговатый рис. Кроме того, зерна продолговатого риса при помешивании ломаются.

Приготовление ризотто начинается с того же, с чего и приготовление плова *(см. стр. 20)*: крупу обжаривают в растопленном жире, куда для вкуса также кладут нарезанный репчатый лук. Далее в рис время от времени добавляют маленькими порциями кипящую воду и поддерживают слабое кипение; новые порции воды доливают только после того, как впитались предыдущие. Рис необходимо постоянно помешивать, чтобы он становился вязким, а также чтобы зерна не прилипали ко дну посуды. Вам потребуется взять воды приблизительно в два с половиной раза больше, чем риса. Точный объем зависит от того, сколько жидкости испаряется в процессе варки.

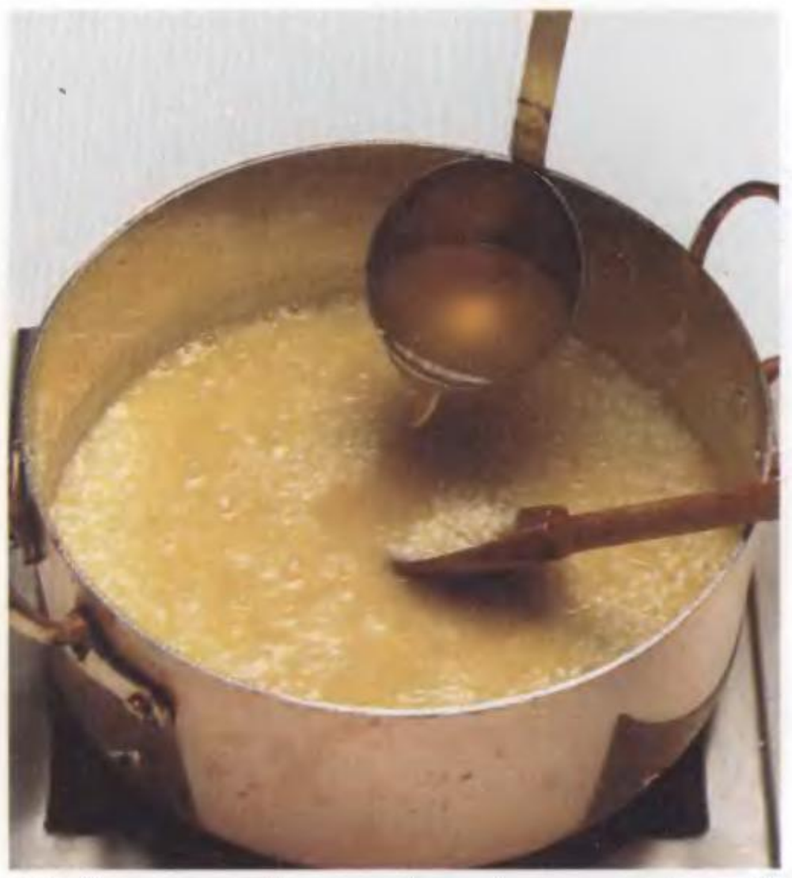
Чтобы готовая масса стала более однородной, в ризотто добавляют сливочное масло и тертый «пармезан». Масло и сыр нужно класть, когда ризотто уже снято с плиты, чтобы масло не растаяло, но оставалось плотным.

Приготовление ризотто может быть простым или сложным, в зависимости от вашего желания. Основной способ *(рецепт на стр. 93)* представлен на иллюстрациях справа, а на следующей странице показано, как можно разнообразить ризотто, добавив в основное блюдо различные ингредиенты.

Хорошим дополнением к рису станут разные овощи, положенные в уже готовое ризотто *(стр. 23, вверху)*. Шафран, говяжьи мозги и сухое белое вино придают традиционному «Ризотто по-милански» характерный вкус и аромат *(стр. 23, в центре; рецепт на стр. 92)*. А для блюда, которое на венецианском диалекте называется «ризи э бизи», то есть «рис и бобы», рис и ветчина с самого начала готовятся вместе с рисом *(стр. 23, внизу; рецепт на стр. 94)*. Чтобы при помешивании не раздавить бобы, рис не обжаривают, и, чтобы свести до минимума необходимость мешать ризотто, в него чаще и в больших количествах доливают бульон.

Получение вязкой консистенции

1 **Кладем рис.** Положите в большую сковороду кусок масла, налейте немного оливкового масла и поставьте ее на умеренный огонь. Когда масло растопится, добавьте мелко нарезанный репчатый лук и обжаривайте его, пока он не станет мягким. Засыпьте овальный рис *(см. рис. вверху)* и жарьте его 2—3 мин, непрерывно помешивая, чтобы все зерна полностью пропитались жиром.



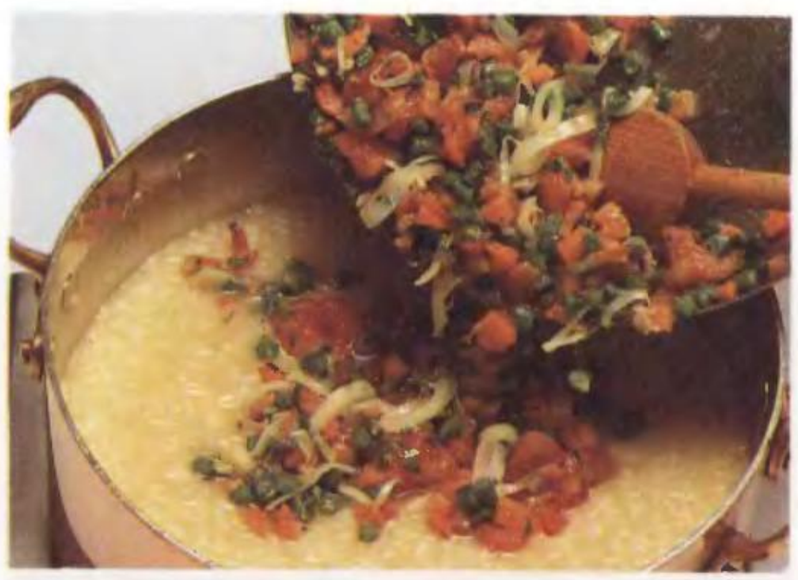
2 **Доливаем бульон.** Долейте в рис полный половник крепкого мясного бульона *(стр. 21)*; убавьте огонь, чтобы бульон едва кипел. В процессе варки время от времени помешивайте рис. Когда почти весь бульон впитается в рис, долейте из половника новую порцию. Продолжайте варить рис, не забывая мешать и подливать бульон, как только предыдущие порции жидкости впитаются.

3 **Посыпаем рис сыром.** Ближе к концу добавляйте бульон меньшими порциями, чем вначале, так, чтобы, когда рис будет готов, он был жидким, но не плавал бы в бульоне. Снимите сковороду с плиты, когда зерна перестанут быть ломкими, но остаются плотными в середине,— приблизительно через 20 мин. Добавьте сливочное масло и посыпьте тертым «пармезаном».

4 **Подаем ризотто на стол.** Помешайте ризотто, чтобы равномерно распределить в нем масло и сыр. Добавьте, если потребуется, соль, зачерпните ризотто половником и разлейте по глубоким тарелкам. Подавать ризотто следует непосредственно после приготовления, как можно более горячим, положив на край тарелки еще некоторое количество тертого «пармезана». ♦

Добавки из свежих летних овощей

1 **Приготовление овощей.** Нарежьте лук-порей, морковь, бобы и очищенные помидоры. Отдельно сварите бобы и морковь. Обжарьте на сковороде лук-порей; положите остальные овощи и зелень петрушки.



2 **Добавление овощей в рис.** Продолжайте жарить овощи и зелень до полной готовности. Приготовьте ризотто по основному рецепту *(этапы 1—3, слева)* и прежде, чем добавить сливочное масло и сыр, положите в ризотто овощи.

3 **Смешивание ризотто с сыром.** Добавьте сливочное масло и полную горсть тертого «пармезана». Осторожно помешайте ризотто деревянной ложкой, чтобы равномерно распределить сыр и овощи. ♦

Говяжьи мозги и шафран для вкуса и цвета

1 **Обжаривание на сковороде говяжьих мозгов.** Достаньте мозги из мозговой кости и порежьте их. Слегка поджарьте их на сливочном масле вместе с нарезанным репчатым луком, время от времени помешивая, пока лук не приобретет золотистый цвет. Добавьте рис.

2 **Добавление вина.** Когда рис потемнеет, добавьте в него щепотку толченого шафрана и подлейте немного белого вина *(см. рис. вверху)*. Готовьте полученное блюдо на медленном огне до тех пор, пока вино полностью не впитается в рис.

3 **Завершение приготовления ризотто.** Маленькими порциями долейте в ризотто крепкий бульон и варите рис, пока зерна не станут достаточно мягкими. Затем снимите сковороду с плиты и добавьте в полученное блюдо сливочное масло и тертый сыр. ♦

Ризотто с горохом и ветчиной

1 **Наливаем бульон.** Мелко нарежьте репчатый лук и слегка обжарьте его на сливочном масле. Добавьте порезанную на куски ветчину и через 1 мин положите горох. Осторожно помешайте, чтобы горох пропитался жиром. Добавьте полный половник крепкого, горячего бульона.

2 **Засыпаем рис.** Доведите бульон до кипения, затем засыпьте в него рис. Помешайте, чтобы рис смешался с горохом. Долейте в сковороду еще несколько полных половников горячего бульона. Когда практически весь бульон впитается в рис, подлейте еще.

3 **Окончание приготовления ризотто.** Варите рис на медленном огне, чтобы горох не разварился, не мешайте его. Когда рис станет мягким, снимите сковороду с плиты. Добавьте сливочное масло и посыпьте ризотто тертым «пармезаном». ♦

Припущенный рис с золотистой корочкой

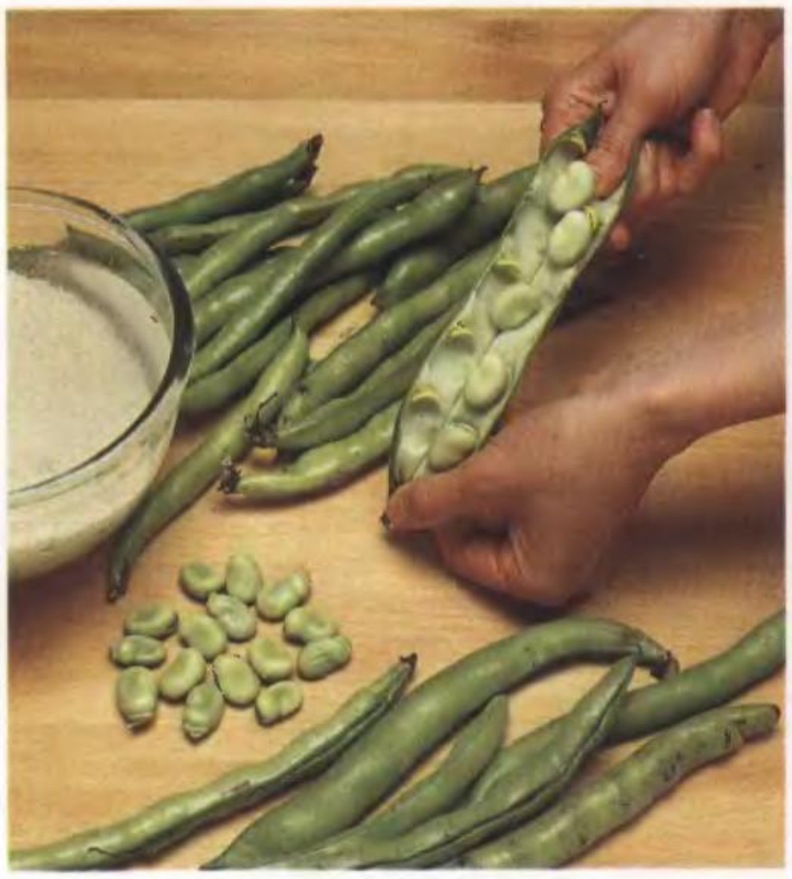
Если рис отваривать в глубокой посуде в малом количестве воды на растопленном жиру, нижние слои риса поджариваются и покрываются хрустящей корочкой, в то время как верхние готовятся на пару. Это замечательное блюдо иранской кухни, называемое «чело» *(chelo)*, просто в приготовлении и подается на стол к тушеному мясу или под соусом. Если мясо или овощи варить вместе с рисом *(рецепт на стр. 98)*, готовое блюдо будет называться «поло» *(polo)*.

На Востоке рис перед приготовлением обычно вымачивают. Предварительное замачивание в воде, которое иногда применяется и в западной кухне, размягчает жесткую сердцевину рисовых зерен и позволяет им полностью провариваться.

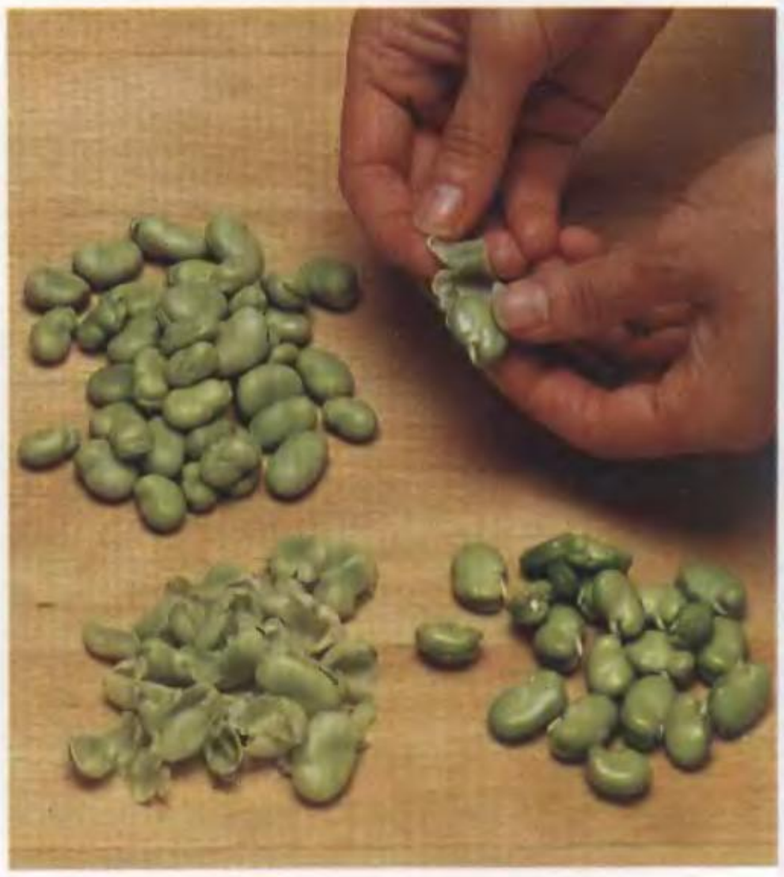
Несмотря на то что зерна частично размягчаются при помощи вымачивания, перед тем, как перейти к процессу одновременного обжаривания и припускания риса, необходимо сварить крупу в большом количестве воды, поскольку на втором этапе приготовления риса воды нужно наливать мало. Для приготовления «поло» вместе с рисом мы отварили широкие бобы, прочие свежие овощи — горох или сладкий перец — готовятся таким же образом. Но если вы захотите положить в блюдо остатки мясных продуктов, смешайте их с отварным рисом одновременно с добавлением приправ, таких, как шафран или укроп.

На следующей стадии смешиваются растопленное сливочное масло и горячая вода, взятые в пропорции 2:1. Масло — основа для образования хрустящей корочки, вода не дает рису сгореть, а выкипая, образует пар, на котором готовятся верхние слои риса. В то же время нельзя брать слишком много воды, иначе нижние слои останутся необжаренными. Чтобы получить хорошую хрустящую корочку, не опасаясь, что нижние слои риса подгорят, лучше всего добавлять полученную смесь в рис в два приема. После первого добавления, готовьте рис на умеренном огне, чтобы вода выкипала и на рисе образовывалась корочка. После второго добавления убавьте огонь, чтобы корочка не пригорела *(этапы 6 и 7)*.

Корочку можно получить не только из риса. Для разнообразия вы можете смешать небольшую порцию сваренного заранее риса со взбитыми яйцами, тонко нарезанным сырым картофелем или же поджаренным луком; сварите эту смесь в одной части масляной жидкости перед тем, как добавить остаток риса и долить оставшуюся жидкость.

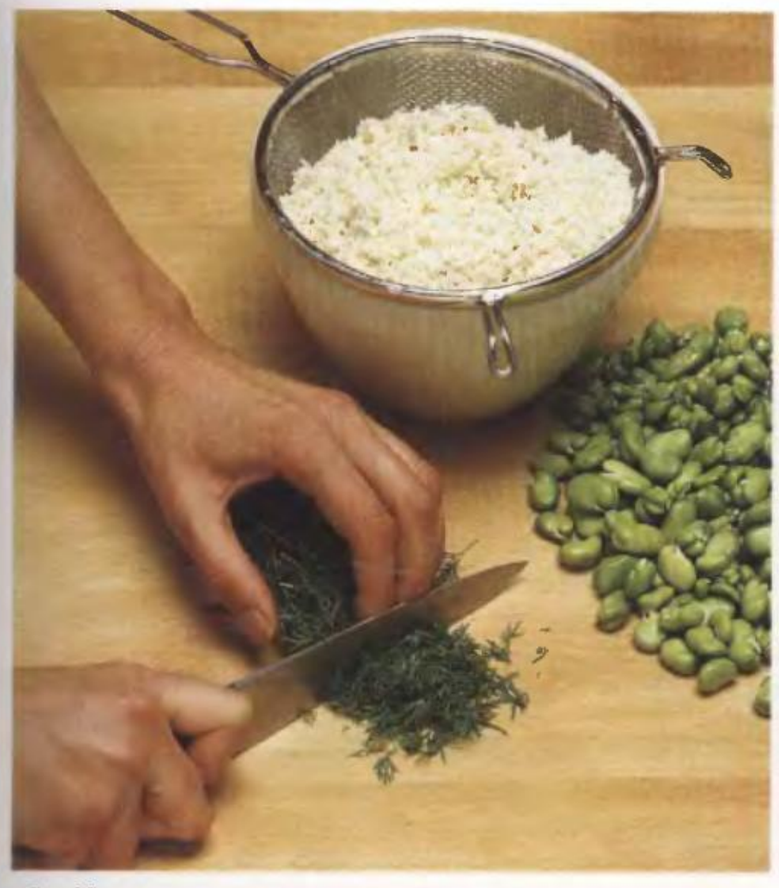


1 **Очистка широких бобов.** Положите некоторое количество продолговатого риса в миску, налейте холодной воды, так чтобы рис был полностью закрыт, и оставьте его вымачиваться приблизительно на 2 ч. Пока рис вымачивается, ногтем большого пальца раскройте стручки бобов, достаньте бобы и отложите в сторону пустые стручки.



2 **Дальнейшая очистка бобов.** Все виды бобов, за исключением самых маленьких, имеющих светло-зеленый цвет, покрыты жесткой кожицей, которую перед приготовлением необходимо удалить. Поэтому надрежьте ногтем кожицу и снимите ее.

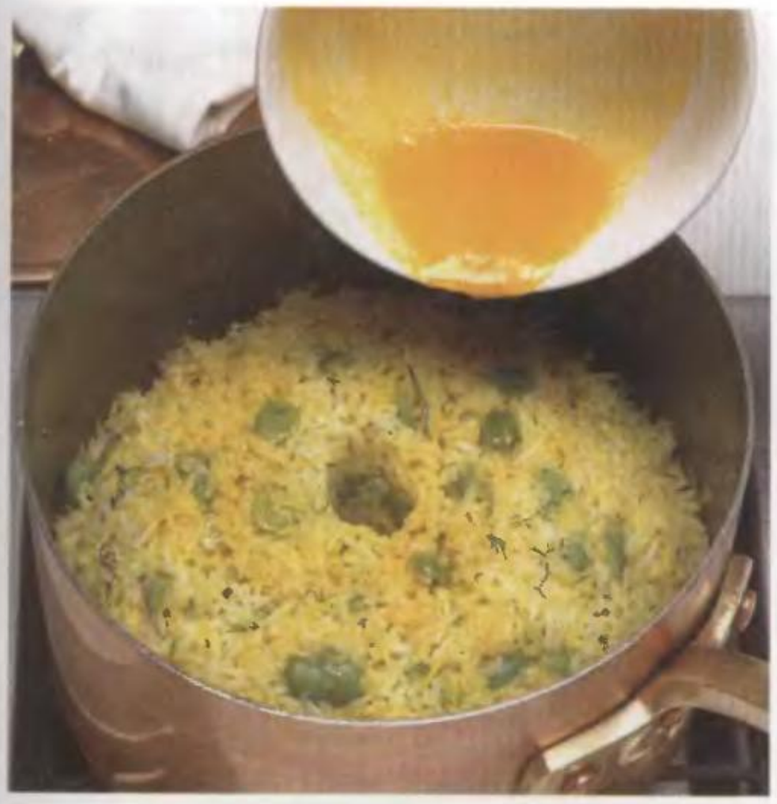
6 **Начало приготовления хрустящей корочки.** В кастрюле, в которой до этого сварили рис и бобы, смешайте несколько столовых ложек воды со сливочным или растительным маслом, если хотите, добавьте немного шафрана и нагрейте. Затем отлейте половину масляной смеси в другую посуду и отставьте в сторону. Добавьте в сковороду рис, бобы и укроп и осторожно помешайте при помощи вилки *(слева)*. Рукояткой деревянной ложки проделайте в рисе глубокое отверстие, чтобы пар мог циркулировать *(справа)*. Закройте кастрюлю крышкой и готовьте «поло» на среднем огне около 5 мин.



3 **Нарезание укропа.** Процедите замоченный рис через дуршлаг. Вымойте небольшой пучок свежего укропа и обтрясите с него воду. Снимите со стеблей листья и мелко нарубите их. Если у вас под рукой не окажется свежего укропа, замените его мягкими ростками дикого фенхеля и обработайте их таким же образом.

4 **Отваривание риса и бобов.** В большую кастрюлю налейте до краев воды, доведите ее до кипения и хорошенько посолите. Засыпьте рис и бобы *(см. рис. вверху)*. Варите их при сильном кипении 7—8 мин, не накрывая крышкой, пока на ощупь зерна риса не перестанут быть ломкими, но останутся твердыми.

5 **Добавление укропа.** Откиньте рис и бобы на дуршлаг и промойте в холодной воде, чтобы приостановить процесс варки. Когда вода стечет, переложите рис и бобы в большую миску и добавьте в нее нарезанную зелень укропа. Руками перемешайте полученную смесь, чтобы равномерно распределить все ингредиенты и отделить зерна риса друг от друга *(см. рис. вверху)*.



7 **Добавление оставшейся смеси в рис.** Равномерно полейте остатком масляной жидкости приготовленное «поло». Накройте крышкой кастрюлю и оставьте «поло» готовиться на медленном огне на 40 мин.

8 **Подача «поло» на стол.** Снимите кастрюлю с плиты и пусть готовое «поло» охлаждается 5 мин, чтобы корочка размягчилась. Вилкой поворошите припущенную часть риса, затем выложите горкой на блюдо *(рис. справа)*. Отделите корочку от дна кастрюли и положите ее по краю блюда. ♦

Мясо и специи в плове

В мире существуют сотни рецептов разнообразных пловов, основанных на основном способе приготовления риса *(см. стр. 20)*, которые превращают плов из обычного гарнира в самостоятельное, основное блюдо. Возможные сочетания специй, овощей, мяса и рыбы настолько разнообразны, насколько только могут позволить вкус и фантазия. Так, в один греческий плов *(рецепт на стр. 92)* кладут кальмаров, помидоры и розмарин, тогда как в чилийской кухне *(рецепт на стр. 92)* рис заправляют угрями, плодами можжевельника и толченым кэрри (приправа из куркумового корня, чеснока и разных пряностей). Для индийского плова, приготовление которого изображено здесь *(рецепт на стр. 89)*, рис варится вместе с кусками молодой баранины в студенистом бараньем бульоне. Его готовят так же, как бульон из разных видов мяса, рецепт которого приведен на стр. 21.

Приготовление плова начинается с вымачивания риса — вымачивать рис принято в индийской и средневосточной кухнях *(см. стр. 24)*. Пока рис вымачивается, баранину кладут в маринад, во-первых, чтобы мясо стало более мягким, и, во-вторых, чтобы удалить резкий запах. Маринад используется не только для приготовления мяса, но его также добавляют в рис в процессе варки. Мы использовали для маринада лимонный сок, сливки и йогурт. Вместо лимона можно взять сок незрелых плодов манго и папайи.

Индийский плов отличается, кроме того, тем, что в него обычно добавляются разнообразные смеси пряностей и зелени. По возможности специи следует покупать и хранить в целом виде — так они дольше сохраняют свежесть. В некоторые блюда специи нужно класть в целом виде, для некоторых их предварительно толкут, чтобы максимально использовать их вкус и аромат. При приготовлении бараньего бульона мы положили в него целые семена гвоздики, кардамон и корицу перемешали с толченым маковым семенем, а затем добавили в плов.

Чтобы усилить аромат специй, мы слегка поджарили их вместе с процеженным рисом. Затем рис и специи поставили варить при слабом кипении в густом бараньем бульоне, в который предварительно добавили процеженный маринад. Тем временем оставшуюся в дуршлаге баранину перекладывают на сковороду и слегка обжаривают, чтобы получить более тонкий вкус и избавиться от лишнего жира. Затем мясо добавляют в рис и некоторое время готовят вместе на небольшом огне, пока оно не пропитается ароматом прочих ингредиентов.

1 **Разделка мяса.** Положите продолговатый рис в миску и полностью залейте его холодной водой. Оставьте рис замоченным в воде как минимум на 1 ч. Острым ножом отделите от бараньей лопатки избыток жира *(см. рис. вверху)*, затем нарежьте мясо на большие кубики.

2 **Маринование мяса.** Выжмите из плодов лайма сок и налейте его в неглубокое блюдо. При помощи пестика мелко растолките семена фенхеля в ступке и высыпьте в сок. Насадите куски мяса на вилку *(см. рис. вверху)* и натрите их полученной смесью.

6 **Процеживание маринада.** Поместите сито над кастрюлей с рисом и положите мясо и маринад в сито. При помощи деревянной ложки пропустите маринад сквозь сито *(см. рис. вверху)*. Мясо оставьте в сите, уберите сито. Перелейте горячий бульон из маленькой кастрюли в кастрюлю с рисом, чтобы бульон полностью закрывал его. Доведите до кипения.

7 **Добавление в рис водяного кресса.** Мелко нарубите немного водяного кресса и добавьте его в кастрюлю *(см. рис. вверху)*. Положите поверх кастрюли лист пергамента, чтобы не выпустить пар, а затем закройте ее крышкой. Поставьте кастрюлю в духовку, заранее нагретую до 180° С, и готовьте около 12 минут.

3 **Добавление в маринад сливок и йогурта.** Взбейте жирные сливки до такой консистенции, чтобы они смогли держать форму. Осторожно добавьте такое же количество йогурта. Обмажьте кусочки мяса смесью взбитых сливок и йогурта *(см. рис. вверху)* и отложите в сторону. Поджарьте немного семян мака на плоском, неглубоком противне в нагретой духовке на протяжении приблизительно 15 мин, пока они не потемнеют.

4 **Приготовление специй.** Мелко истолките семена мака в ступке *(см. рис. вверху)*. Лезвием ножа сильно надавите на стручки кардамона и жмите, пока они не лопнут. При помощи пестика измельчите в ступке гвоздику и отдельно разделите палочки корицы на большие части. Отложите приготовленные специи в сторону.

5 **Обжаривание риса.** В небольшой кастрюле разогрейте бульон из баранины и высыпьте в него гвоздику (бульон из баранины можно заменить бульоном из телятины или из разных видов мяса). Положите в массивную жаростойкую кастрюлю кусок сливочного масла и поставьте ее на небольшой огонь. Положите в нее оставшиеся специи, два лавровых листа и процеженный рис *(см. рис. вверху)*, помешивайте, пока зерна риса не потемнеют.

8 **Поджаривание мяса.** Положите в сковороду небольшой кусок сливочного масла. Выложите в нее куски баранины и слегка поджарьте на медленном огне. Выньте кастрюлю с рисом из духовки, при помощи шумовки переложите в нее мясо из сковороды и осторожно помешайте. Снова накройте кастрюлю пергаментом, закройте крышку и поставьте плов готовиться в духовку при слабом нагреве — 170° С — приблизительно 15 мин.

9 **Украшение плова.** Обжарьте на сливочном масле бланшированный, расколотый на части миндаль. Посыпьте плов миндалем и, по вашему желанию, обложите по краям изюмом, предварительно вымоченным в воде, набухшим, высушенным и обжаренным на сковороде. Плов можно подавать на стол. Каждый из сидящих за столом должен сам вынуть лавровый лист, корицу и кардамон из своей порции плова. ♦

Паэлья: изумительное сочетание различных продуктов

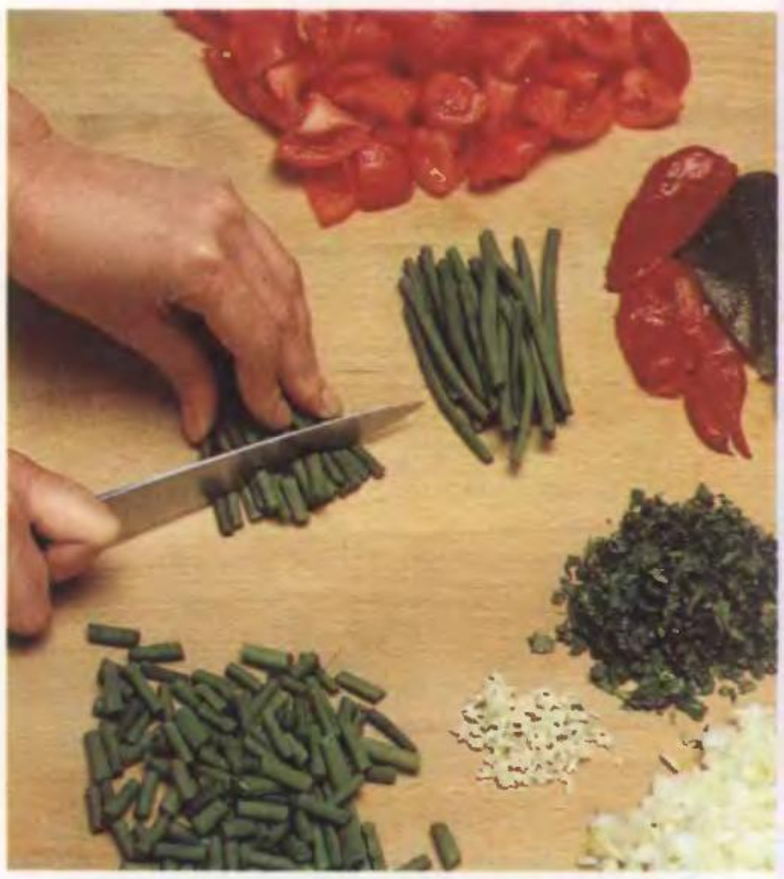
Паэлью можно смело назвать апофеозом плова: она состоит из такого количества мяса, овощей и морских продуктов, что рис играет в этом блюде лишь вспомогательную роль. Однако несмотря на свое ненавязчивое присутствие, рис является основным элементом паэльи: он связует между собой все прочие ингредиенты.

Паэлью можно приготовить из обычного продолговатого риса, а также из испанского риса, который имеет большие округлые зерна. Как и для всех видов пловов, рис для паэльи сначала слегка обжаривают на растопленном жире, а затем варят на медленном огне в двойном объеме воды. Но традиционная посуда для приготовления паэльи, которая и дала название этому блюду,— мелкая глиняная или железная кастрюля с двумя ручками, *паэлья*,— не имеет крышки, так что рис готовится незакрытым. Поэтому поверхность зерен довольно сильно пересыхает — слишком сильно, как считают многие. Если вы решили не накрывать рис крышкой, мы советуем на некоторое время все же прикрыть кастрюлю листом фольги.

В паэлью, представленную на иллюстрациях, мы положили артишоки, помидоры, зеленую стручковую фасоль, перец, моллюсков, кальмаров, креветки, крольчатину, копченые сосиски и свинину. Вместо фасоли можно взять горох, моллюсков заменить мидиями, а крольчатину куриным мясом *(рецепт на стр. 90—91)*. Вы можете добавить другие ингредиенты, например, рыбу или улиток, или же устранить любой из указанных в рецепте компонентов, за исключением риса.

Все ингредиенты, входящие в состав паэльи, следует готовить по-отдельности и лишь затем соединять с рисом. Вы можете положить сырые продукты в кастрюлю и сварить их вместе, но чтобы сделать настоящую вкусную паэлью, необходимо заранее отдельно приготовить каждый из указанных ингредиентов *(этапы 1—11)*.

Когда все основные компоненты готовы, можно начинать собирать паэлью *(см. стр. 30)*. На растительном масле обжаривается рис, в который для цвета добавляют немного шафрана. Затем поверх риса кладется большая часть приготовленных продуктов. После чего добавляют жидкость из-под моллюсков и кальмаров, разбавленную водой. Пока рис варится в этой жидкости, прочие ингредиенты достигают полной готовности. Продукты, которые не должны слишком долго вариться, в нашем случае зеленая фасоль и моллюски, добавляют в последнюю очередь: их кладут на самый верх паэльи, чтобы украсить приготовленное блюдо.



1 **Приготовление овощей.** Очистите от кожицы и семян помидоры и нарежьте их. Отрежьте у зеленой фасоли верхушки и хвосты и нарежьте их на короткие палочки *(см. рис. вверху)*. Возьмите два-три красных перца или смесь из красных и зеленых, обжарьте, удалите кожицу и семена, а затем порежьте или же разорвите на полоски. И наконец, порежьте немного репчатого лука, несколько зубков чеснока и немного зелени петрушки.

5 **Разделка кальмаров.** Возьмите тельце кальмара в одну руку. Другой крепко сожмите голову около глаз. Осторожно разделите тельце на две части. Почти все внутренности должны отделиться вместе с головой *(см. рис. вверху)*. Удалите все внутренности и выбросьте их, тельце и голову сохраните.

6 **Удаление кости.** Проведите пальцем по краю тельца, чтобы нащупать кончик прозрачной кости, «пера». Осторожно вытащите «перо» *(см. рис. вверху)* и выбросьте его. Опустите тельце кальмара в воду, чтобы затем удалить остатки внутренностей.

7 **Удаление кожи.** Пальцами очистите тельце каждого кальмара от кожи. Возьмите голову кальмара, нащупайте жесткий выступ у основания щупалец, выдавите его и выбросьте. Погрузите очищенную голову в воду; выдавите глаза и выбросьте их.

2 **Очистка артишоков.** Отрежьте у артишоков стебли. Удалите жесткие, темные внешние листья, отламывая их у самого основания *(см. рис. вверху)*. Чтобы незащищенная поверхность артишока не потемнела, натрите ее лимоном.

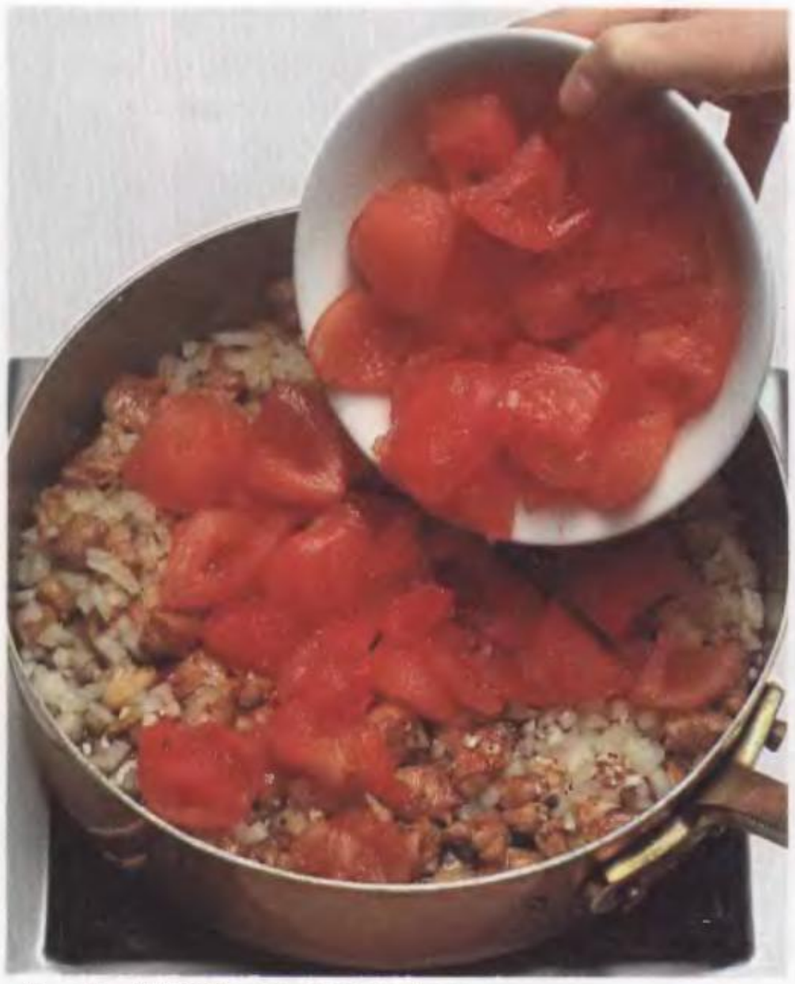
3 **Срезание кожуры.** Отрежьте у артишоков верхушки. При помощи острого ножа из нержавеющей стали очистите по спирали жесткую зеленую кожуру, оставшуюся у основания артишока, так чтобы обнажилась бледная желтовато-зеленая мякоть. Разрежьте артишоки на четыре части. Вырежьте волокнистую сердцевину и натрите очищенные части лимоном.

4 **Приготовление сердцевины артишоков.** В медную, керамическую или эмалированную сковороду налейте примерно 1 ст. л. оливкового масла и нагрейте. Готовьте нарезанные артишоки 10—15 мин, время от времени переворачивая их деревянной ложкой. Когда они приобретут золотистый цвет, снимите сковороду с плиты и поставьте в сторону.

8 **Тушение кальмаров.** Процедите тельца и головы кальмаров через сито, чтобы избавиться от лишней жидкости. Растопите на сковороде немного сливочного или оливкового масла, слегка обжарьте кальмаров, а затем тушите их, пока они не станут мягкими — приблизительно 20 мин для кальмаров небольших размеров. Слейте оставшуюся после тушения жидкость в отдельную посуду.

9 **Приготовление моллюсков.** Положите живых моллюсков вымачиваться в соленой воде на полчаса, чтобы удалить с них как можно больше песка. Затем потрите раковины жесткой щеткой. Положите их в кастрюлю, добавьте чабрец, петрушку, лавровый лист, чеснок, репчатый лук и налейте белого вина *(см. рис. вверху)*. Накройте крышкой и варите при сильном кипении, регулярно встряхивая кастрюлю, пока раковины не раскроются — приблизительно 5—10 мин.

10 **Процеживание моллюсков.** Накройте дуршлаг несколькими слоями влажного муслина и поместите его над большой миской. Слейте жидкость, в которой варились моллюски, и добавьте в нее жидкость из-под кальмаров. Отложите раковины в другую посуду. Выбросьте оставшиеся в дуршлаге зелень, чеснок и лук.



11 **Приготовление свинины с помидорами.** Возьмите свиную лопатку, отделите мясо и нарежьте его кубиками. Обжарьте свинину на небольшом количестве оливкового масла. Добавьте нарезанный чеснок, репчатый лук и очищенные от кожицы и семян помидоры *(см. рис. вверху)*. Полученную смесь готовьте, помешивая, до испарения всей жидкости.

12 **Обжаривание риса.** Насадите на вилку несколько копченых сосисок, положите в кипящую воду и варите примерно 5 мин, чтобы несколько уменьшить их копченый привкус. Затем слейте воду и нарежьте сосиски. Разрежьте кролика на 8—10 частей. Отложите ливер и пожарьте куски крольчатины в течение 10 мин на оливковом масле. Добавьте сосиски и жарьте мясо еще 10 мин. Нагрейте немного оливкового масла в широкой, массивной кастрюле. Засыпьте в нее определенное количество риса (здесь «испанского риса») и добавьте чуть-чуть толченого шафрана *(см. рис. вверху)*.

15 **Добавление креветок.** Поверх риса положите артишоки, полоски сладкого перца и кальмаров. На самом верху разложите сырые креветки. Добавьте соль и перец. Накройте кастрюлю листом фольги и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 180° С. Оставьте паэлью в духовке приблизительно на 10 мин, чтобы она полностью прожарилась.

16 **Завершение приготовления паэльи.** Налейте в кастрюлю воды, доведите до кипения и бросьте нарезанную зеленую стручковую фасоль. Варите 2—3 мин, затем откиньте на дуршлаг. Достаньте из духовки паэлью и положите сверху процеженную фасоль. Добавьте в нее моллюсков *(см. рис. вверху)*. Снова поставьте паэлью в духовку и готовьте без крышки около 10 мин или же до тех пор, пока рис не впитает в себя всю жидкость и не станет мягким.

13 **Добавление мяса и помидоров в рис.** Обжаривайте рис на медленном огне, осторожно помешивая при помощи лопатки или деревянной ложки, до тех пор, пока зерна не пропитаются жиром и не потемнеют — приблизительно 2—3 мин. Затем поверх риса положите нарезанные сосиски и куски крольчатины. Добавьте приготовленную ранее смесь из свинины и томатов *(см. рис. вверху)*.

14 **Добавление жидкости из-под моллюсков.** Разбавьте водой сок моллюсков и кальмаров до тех пор, пока общий объем жидкости не будет почти в два раза превышать объем риса в кастрюле. Не следует использовать для варки риса строго двойной объем жидкости, поскольку многие ингредиенты паэльи в процессе приготовления дают сок. Доведите полученную жидкость до кипения, засыпьте в нее рис с мясом.

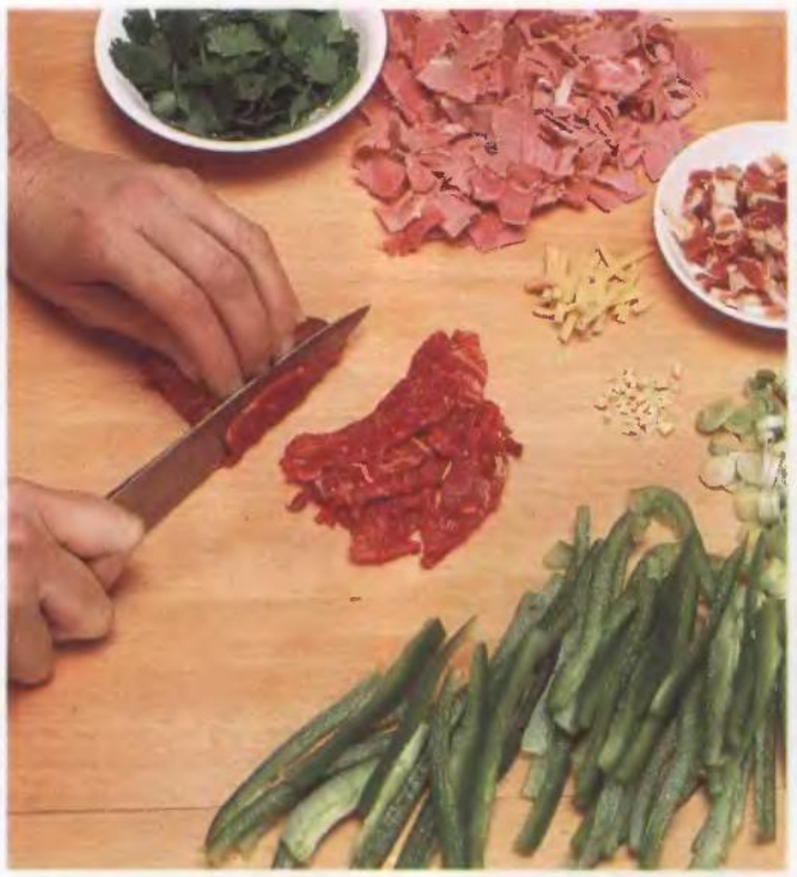
17 **Украшение приготовленного блюда и подача на стол.** Мелко порежьте оставшийся ливер. Слегка поджарьте его на оливковом масле, пока он не изменит свой цвет. Достаньте из духовки паэлью и украсьте ее ливером и нарезанной ранее петрушкой. Подавайте на стол прямо в кастрюле *(см. рис. справа)*. ♦

Что можно приготовить на скорую руку из остатков продуктов

Если взять остатки любой недробленой крупы, приготовленной для плова *(см. стр. 20)* или просто сваренной в кипящей воде *(см. стр. 18)*, и поджарить ее на сковороде вместе с другими ингредиентами, вы всего за несколько минут получите совершенно новое, превосходное блюдо. Вы можете включить в него любые овощи, мясные или рыбные продукты, которые быстро готовятся; на иллюстрациях сладкий перец и куски маринованной говядины, вымоченной в специях по традиционному китайскому методу, смешаны с отварным продолговатым рисом *(рецепт на стр. 100)*. В ту же посуду добавлены сырые яйца, которые делают блюдо вкуснее и связывают воедино все его компоненты.

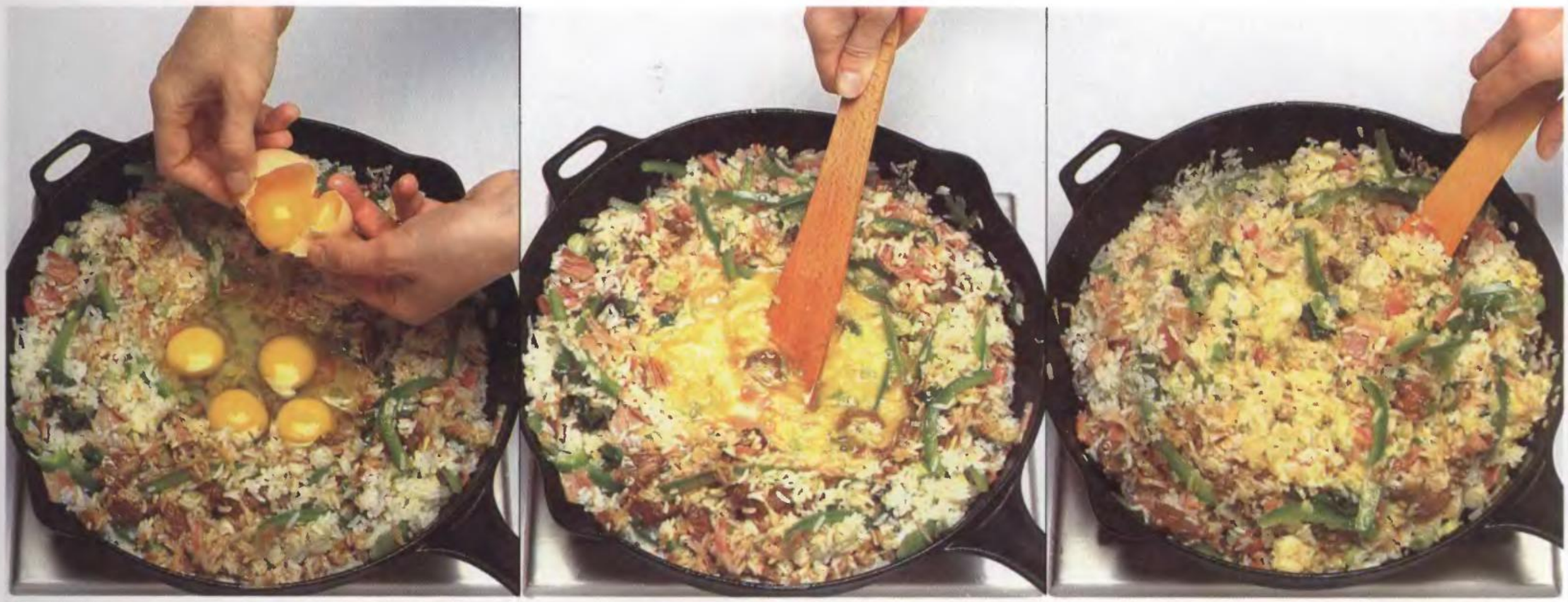
Чтобы сохранить свежий вкус ингредиентов, их следует готовить как можно меньше времени. Рис нужно только подогреть, а чтобы сократить до минимума время приготовления остальных продуктов, их необходимо мелко нарезать, затем быстро поджарить на сильном огне.

Для того чтобы ни один продукт не подгорел, все ингредиенты добавляются в блюдо последовательно, начиная с тех, которые готовятся дольше всего. Для каждого следующего ингредиента расчищается место в центре сковороды, так что каждый продукт лишь на очень короткое время соприкасается с горячей сковородой.



1 **Нарезка на куски мяса и овощей.** Разрежьте вдоль сладкий красный перец, удалите семена и нарежьте на полоски. Мелко нарубите зеленый лук. Возьмите кусочек имбирного корня и размельчите его; нарежьте немного чеснока. Отделите листья кориандра от стеблей. Нарежьте на кубики небольшое количество ветчины, а также один-два ломтика бекона. Положите кусок говяжьего филе в холодильник на 30 мин, затем тонко нарежьте его.

2 **Приправа для мяса.** В миске небольшого размера смешайте растительное масло, соевый соус, добавьте мелко нарезанный чеснок, сахар, щепотку соли и перца. Насыпьте немного кукурузной крупы, чтобы смесь стала более густой. Положите в миску кусочки мяса так, чтобы они полностью были погружены в соус. Оставьте говядину на некоторое время мариноваться в соусе, пока готовится рис.



6 **Добавление в сковороду сырых яиц.** Снова расчистите место посередине сковороды и разбейте туда несколько сырых яиц *(см. рис. слева)*. Добавьте немного соли и перца. Готовьте яйца, помешивая, до тех пор, пока они не начнут поджариваться, но еще остаются достаточно жидкими *(см. рис. в центре)*, затем перемешайте их с рисом *(см. рис. справа)*. Попробуйте, не нужно ли добавить соли и, если вы захотите, для аромата полейте блюдо соевым соусом.

3 **Начало обжаривания риса.** В большой массивной сковороде нагрейте несколько столовых ложек растительного масла. Насыпьте в нее измельченный корень имбиря, чтобы придать маслу аромат, затем положите полоски сладкого перца. Обжарьте их на сильном огне в течение 1 мин, непрерывно помешивая. Возьмите рис, отделите пальцами зерна друг от друга и положите его в сковороду *(см. рис. вверху)*.

4 **Добавление ветчины.** Осторожно помешивая лопаткой, жарьте рис до тех пор, пока он не нагреется и не станет рассыпчатым. Отодвиньте рис на край сковороды, освобождая место в центре для бекона и зеленого лука. Положите бекон и лук, через несколько секунд добавьте туда же кубики ветчины.

5 **Добавление листьев кориандра.** Помешайте смесь, затем освободите в центре сковороды место и положите туда мясо вместе с соусом. Обжаривайте кусочки мяса в течение нескольких секунд, переворачивая их, чтобы они могли обжариться со всех сторон. Добавьте целые листья кориандра и некоторое время готовьте, помешивая полученную смесь.

7 **Подача жареного риса на стол.** Переложите готовый рис в сервировочное блюдо *(см. рис. вверху)*. По желанию украсьте рис листьями кориандра. Подавайте на стол непосредственно после приготовления, пока яйца еще не успели загустеть и рис остается немного вязким. ♦

Крокеты с сюрпризом

Остатки сваренного риса можно быстро превратить во вкусную легкую закуску или даже в первое блюдо, если смешать рис с сырыми яйцами, слепить небольшие шарики и положить в них различную начинку. Начинкой может служить столовая ложка мясного соуса *(рецепт на стр. 101)*, толстый ломтик вареной сосиски или же кусочек мягкого сыра, такого, как «фонтина» *(fontina)* или же «моццарелла» *(mozzarella)*. На представленных иллюстрациях отварной рис начиняется ломтиками «моццареллы» и ветчины *(рецепт на стр. 99)*. Даже несмотря на короткое время приготовления, сыр успевает расплавиться, поэтому когда вы едите крокеты, сыр тянется и образует длинные нити, благодаря которым эти крокеты по-итальянски называются *«suppli al telefono»* — «телефонные провода».

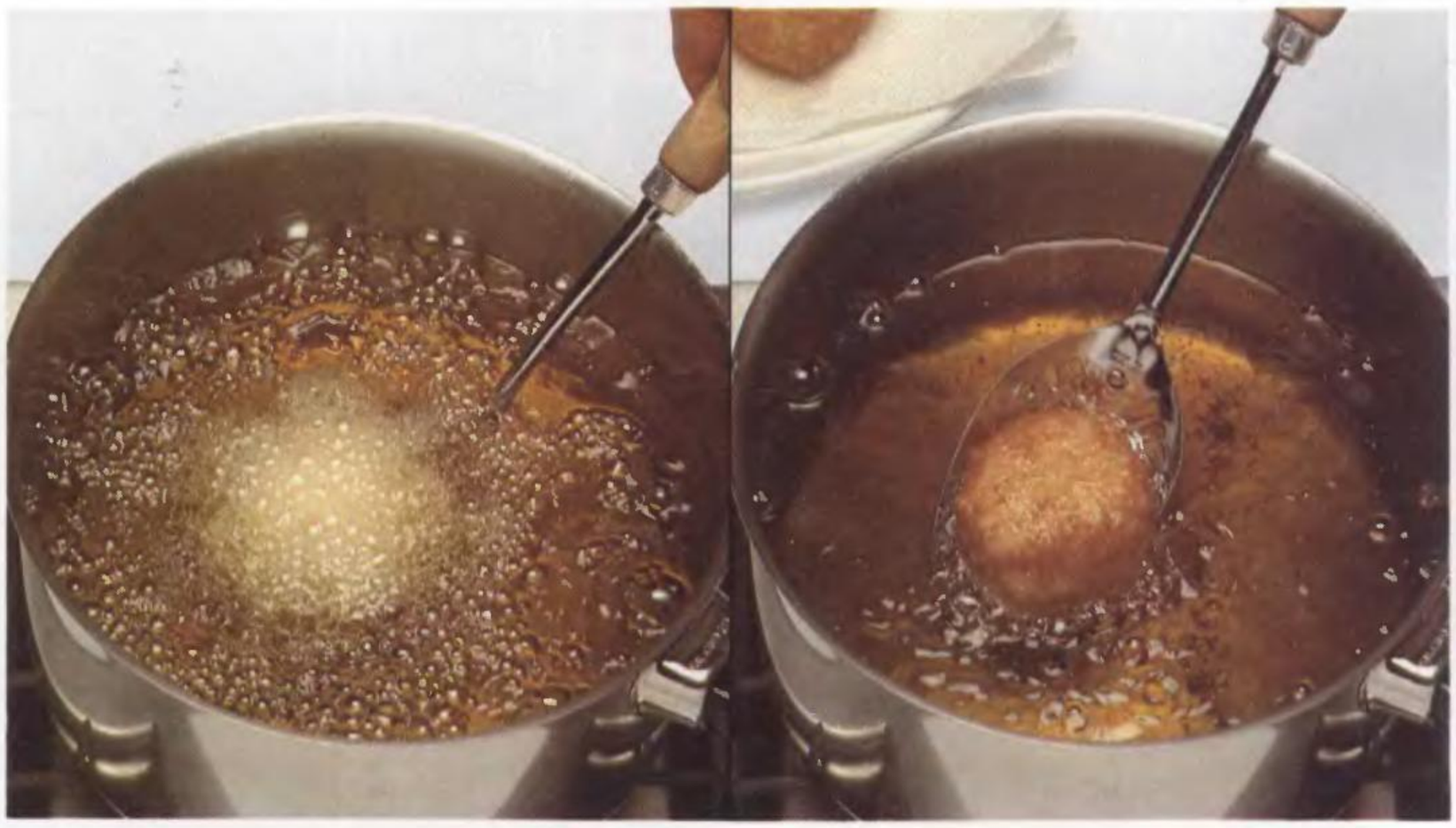
Чтобы твердо знать, что крокеты не развалятся на части в процессе приготовления, делайте их из вязкого риса. Идеальными для приготовления крокетов являются остатки ризотто, в котором вязкость риса увеличена за счет добавления тертого сыра *(см. стр. 22)*. По возможности старайтесь делать крокеты из охлажденного риса, который постоял хотя бы один день в холодильнике, накрытый крышкой: из такого риса гораздо легче лепить шарики. Перед началом жарки во фритюре крокеты необходимо запанировать в сухарях, чтобы на них образовалась хрустящая корочка, а также чтобы растительное масло не попало вовнутрь.

Успешное приготовление крокетов зависит от правильной температуры фритюра — растительное масло должно быть заранее нагрето до 190° С. Если температура будет выше положенной, крокеты подгорят, если ниже — на них не успеет образоваться хрустящая корочка, масло проникнет во внутрь крокетов и они станут слишком жирными. Чтобы проверить температуру фритюра, бросьте в него маленький кусочек хлеба и засеките, через сколько времени он потемнеет — цвет должен измениться приблизительно через 1 мин.

Помните, что при погружении крокетов во фритюр его температура снижается. Чтобы сократить до минимума этот эффект, пользуйтесь глубокой кастрюлей, в которую налейте достаточное количество масла, чтобы можно было полностью погрузить в него крокеты, и жарьте одновременно несколько штук.

1 **Готовим вязкий рис.** Положите в большую миску охлажденное ризотто или сваренный рис. Отложите в отдельную тарелку горсть риса. Добавьте в миску слегка взбитые яйца; руками смешайте взбитые яйца с рисом *(см. рис. вверху)*. Если необходимо, добавьте в миску еще немного риса из тарелки, чтобы смесь получилась густой.

2 **Режем сыр.** Нарежьте ветчину на тонкие ломтики. Острым ножом тонко нарежьте немного «моццареллы» или же любого другого мягкого сыра, чтобы получить кусочки примерно 2,5 см в длину *(см. рис. вверху)*.



4 **Жарим крокеты во фритюре.** Налейте растительное масло в большую кастрюлю, глубина которой не меньше 7,5 см. Нагрейте масло до 190° С. Если у вас нет специального термометра, бросьте в масло кусок хлеба; если хлеб потемнел приблизительно за 1 мин, фритюр готов. Жарьте по три-четыре крокета одновременно, погружая их в растительное масло при помощи шумовки *(см. рис. слева)*. Держите крокеты во фритюре, пока они не приобретут золотисто-коричневого цвета — приблизительно 1—1,5 мин. При помощи шумовки вытащите крокеты из кастрюли *(см. рис. справа)* и положите сушиться на бумагу, хорошо впитывающую влагу.

3 **Лепим крокеты.** Обмажьте руки мукой. Положите в ладонь столовую ложку готовой смеси. Возьмите ломтик ветчины, сложите его и положите поверх риса, затем добавьте небольшой ломтик сыра *(см. рис. слева)* и возьмите еще одну столовую ложку риса *(см. рис. в центре)*. Руками сформируйте из риса шарик *(см. рис. справа)*. Чтобы поверхность шарика была более гладкой, положите его на тарелку и обваляйте в толченых сухарях. Затем положите крокеты на полчаса в холодильник, чтобы они стали твердыми.

5 **Подаем крокеты на стол.** Когда все масло впиталось в бумагу, переложите их на нагретое блюдо *(см. рис. слева)* и подайте на стол. Крокеты едят при помощи ножа и вилки или же руками. Если вы разломите крокет пополам, расплавленный сыр образует между половинками длинные нити *(см. рис. вверху)*. ♦

Кускус: сытный обед в одной кастрюле

Если кускус, то есть маленькие шарики манной крупы, варить на пару, комочки крупы становятся мягкими и легкими, но не слипаются. На севере Африки кускус обычно готовят на пару, образующемся в процессе варки мяса и овощей. Крупа, составляющая основу блюда из мяса, овощей и бульона, на котором они были приготовлены, дала название всему блюду: его называют кускус *(см. стр. 36—39; рецепт на стр. 114—115)*. На пару также можно варить дробленую крупу или муку грубого помола, хотя эти продукты не приобретают легкости и рассыпчатости, свойственных приготовленному на пару кускусу.

Чтобы кускус получился мягким, он должен пропитаться влагой, поэтому комочки крупы нужно слегка смочить водой и дать им набухнуть. Набухшие шарики слипаются в большие комки, так что перед приготовлением вам придется осторожно протереть кускус между ладоней, а затем просеять сквозь сито.

Кускус готовится в специальной посуде, состоящей из двух отделений, которая по-французски называется «кускусьер» *(couscoussier) (см. этап 8)*. Мясо и овощи варятся при слабом кипении в нижнем отделении, в то время как в верхней части готовится крупа; отверстия, находящиеся на дне и на крышке верхней секции, позволяют пару беспрепятственно проходить сквозь крупу и улетучиваться из кастрюли. Оба отделения паровой кастрюли плотно соединены друг с другом, так что весь пар поднимается вверх и поступает в отсек, где находится кускус.

На иллюстрациях, представленных здесь, видно, что в нижнюю часть паровой кастрюли мы положили мясо и овощи — молодую баранину, куриное мясо, морковь и репу, а также сухой «куриный горошек», который предварительно вымочили в воде в течение суток и сварили. Мясо и овощи варят на медленном огне в воде с добавлением кориандра, специй и острого соуса, «хариссы» — *harissa (см. стр. 39, в рамке)*, а после в бульон кладут такие быстро разваривающиеся овощи, как сладкий перец и цукини. Так как мясо готовится дольше крупы, его варят в течение 30 минут вместе с овощами, не устанавливая верхнее отделение паровой кастрюли, и только потом начинают готовить кускус.

Когда кускус достигает полуготовности, комочки крупы начинают затвердевать и спекаться друг с другом, поэтому его необходимо вынуть из кастрюли, разъединить комочки и смочить их водой. Когда кускус готов, его горкой выкладывают на большом блюде, подготовив основу для мяса и овощей. Каждому из сидящих за столом предлагается по вкусу добавить в блюдо «хариссу».

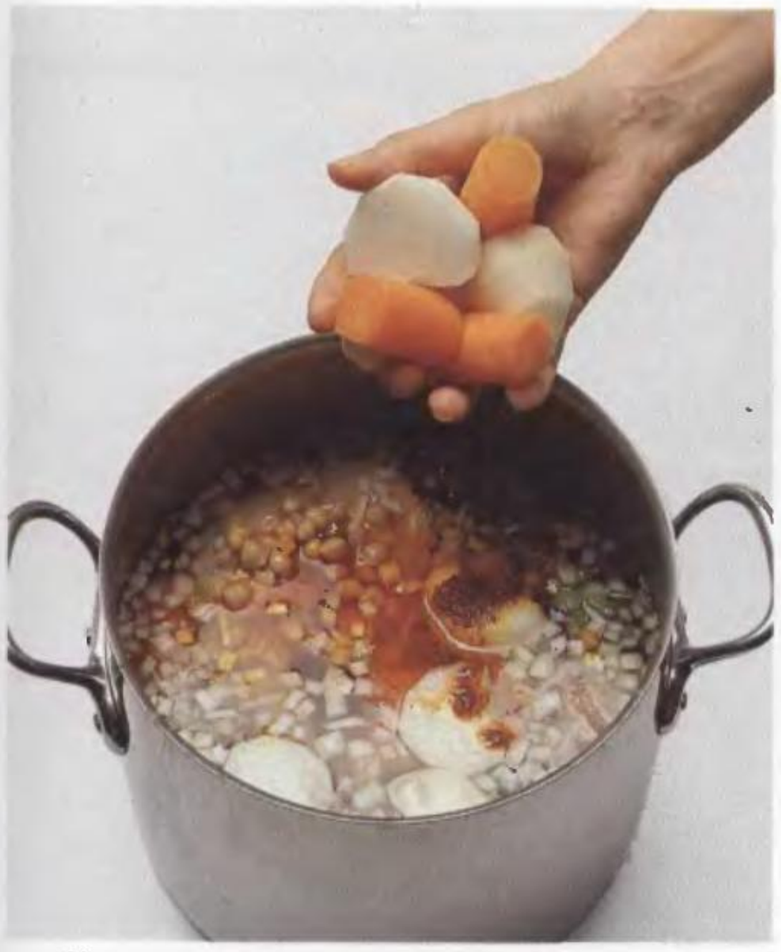
1 **Смачивание кускуса водой.** Высыпьте крупу на поднос или на противень и побрызгайте сверху водой так, чтобы она попала на все комочки крупы. Кускус, представленный на иллюстрации, приготовлен из манной крупы, из которой сформировали маленькие шарики, размером не превосходящие зерна проса.

2 **Размешивание кускуса.** Разгребите кускус пальцами, чтобы все комочки оказались влажными *(см. рис. вверху)*. Подождите, пока комочки впитают воду и набухнут — около 15 мин,— затем снова помешайте кускус пальцами.

5 **Приготовление компонентов для тушения.** Тем временем поставьте на 1—1,5 ч вариться на медленном огне «куриный горошек», предварительно вымоченный в воде, и готовьте его, пока он не станет мягким *(см. стр. 78)*. Процедите его сквозь сито над миской. Возьмите курицу или баранью лопатку — или, как в нашем случае, и то и другое,— и разделайте мясо на большие куски. Мелко нарежьте репчатый лук, очистите морковь и репу и разрежьте их на большие куски. Помойте пучок кориандра.

3 **Отделение комочков крупы друг от друга.** Осторожно протрите комочки крупы между ладонями *(см. рис. вверху)*. Снова побрызгайте кускус водой — добавляйте воду маленькими порциями через короткие промежутки времени. После каждого добавления осторожно протирайте кускус между ладоней. Повторяйте эту операцию до тех пор, пока шарики кускуса не станут вдвое больше своего первоначального размера.

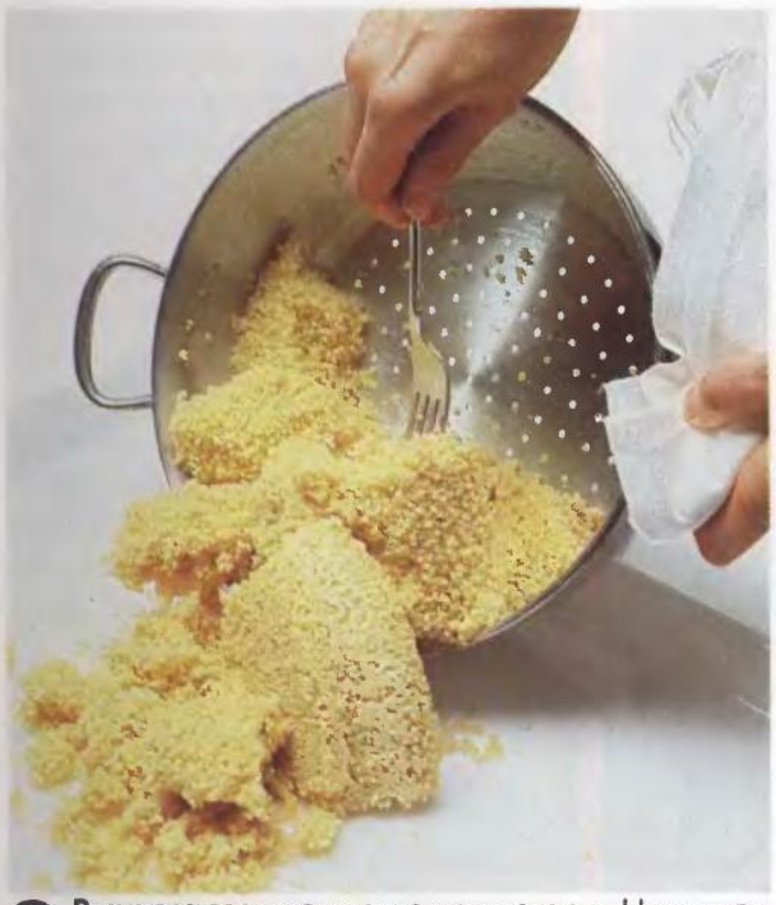
4 **Просеивание кускуса.** Пересыпьте намоченные шарики кускуса в сито с крупными ячейками и потрясите его над подносом, чтобы просеять кускус. Если какие-нибудь комочки крупы слиплись и не проходят сквозь сито, слегка смочите их водой, снова протрите между ладонями и затем попытайтесь просеять еще раз.



6 **Начало тушения.** Налейте в нижнее отделение паровой кастрюли холодной воды и затем положите туда приготовленные куски мяса, овощи и листья кориандра *(см. рис. вверху)*. Добавьте щепотку толченого шафрана, столько же толченой корицы и чайную ложку или две «харисы» *(см. стр. 39, в рамке)*.

7 **Установка второй части паровой кастрюли.** Медленно доведите воду до кипения, снимите с поверхности пену и варите бульон при очень слабом кипении, не накрывая крышкой, в течение приблизительно 30 мин. Осторожно переложите кускус в верхнюю секцию кастрюли и установите ее на место. Накройте паровую кастрюлю крышкой.

8 **Герметизация места соединения двух секций паровой кастрюли.** Смешайте немного муки с водой, взятой в соотношении 3:1. Погрузите в приготовленную массу полоску материи, выжмите ее, чтобы избавиться от избытка влаги. Обмотайте материю вокруг кастрюли на месте соединения верхней и нижней части. Заправьте конец материи под последний слой. ↳

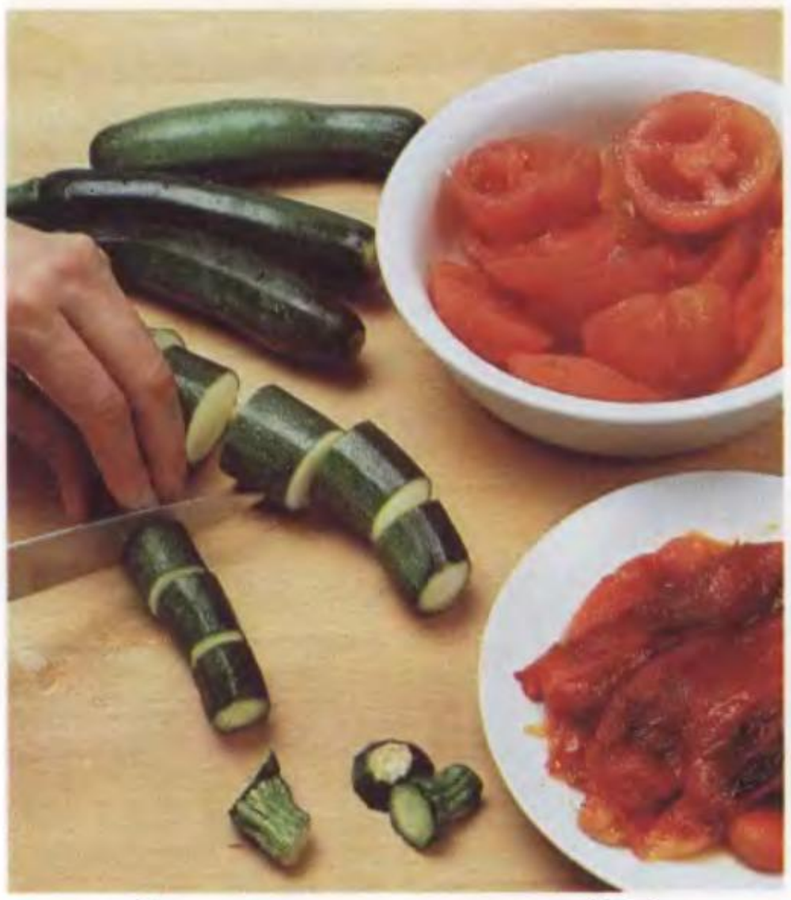


9 **Вынимаем кускус из кастрюли.** Немного увеличьте нагрев, чтобы вода выкипала и образовывалось достаточно пара для варки крупы. Приблизительно через 30 мин комочки кускуса начнут прилипать друг к другу. Чтобы разделить их, размотайте материю и снимите верхнюю секцию паровой кастрюли, оставив мясо и овощи тушиться. При помощи вилки пересыпьте кускус из кастрюли на поднос *(см. рис. вверху)*.

10 **Разъединение слипшегося кускуса.** Равномерно распределите кускус по подносу. Чтобы вам было легче разъединять слипшийся кускус, побрызгайте на него сверху холодной водой. Осторожно поворошите пальцами и разомните все комки. Оставьте кускус на подносе, пока готовятся прочие продукты.

11 **Подготовка тыквы.** Разрежьте тыкву на четыре части и выньте из нее столовой ложкой семена *(см. рис. вверху)*. При помощи небольшого острого ножа очистите тыкву от кожуры и нарежьте на большие куски.

12 **Отваривание тыквы.** Тыква быстро разваривается и становится мягкой, поэтому ее тушат отдельно от других овощей, чтобы следить за ее приготовлением. Положите куски тыквы в небольшую кастрюлю и залейте бульоном, взятым из паровой кастрюли. Варите тыкву при слабом кипении, пока она не станет мягкой, но не превратится в бесформенную массу,— приблизительно 20 мин.



13 **Тушение остальных овощей.** Поджарьте на сковороде сладкий перец, переворачивая стручки через каждые несколько минут. Когда кожица покроется пузырями, снимите перец со сковороды и оставьте охлаждаться, накрыв влажной материей, затем удалите кожицу и семена. Погрузите в кипящую воду помидоры, очистите от кожицы, разрежьте пополам и удалите семена. Порежьте на большие куски цукини. Положите овощи в кастрюлю с мясом и тушите.

14 **Завершение приготовления кускуса.** Переложите кускус в верхнюю секцию паровой кастрюли, поставьте ее на нижнюю, а место соединения обмотайте новым куском материи, как вы делали это раньше. Варите в течение 15 мин, чтобы кабачки и перец успели стать мягкими, а кускус рассыпчатым.

Замечательное дополнение

Приготовление соуса «харисса». Замочите два высушенных чили в холодной воде на 1 ч, чтобы размягчить их. Разделите перцы на две части, удалите семена и стебли. Переложите чили в ступку и добавьте 2—3 ст. л. семян тмина, зубок чеснока и немного крупнозернистой соли. Пестиком мелко растолките смесь и смешайте полученную массу с растительным маслом, пока она не станет жидкой консистенции. Этот острый соус может хранится в холодильнике до 3 месяцев.

15 **Подаем кускус на стол.** Переложите кускус на большое сервировочное блюдо, зачерпните несколько полных половников бульона и полейте кускус. Положите большой кусок сливочного масла и при помощи двух вилок перемешайте кускус. По краю блюда разложите вареную тыкву, а мясо и овощи положите горкой поверх крупы. Вместе с кускусом на стол подают оставшийся бульон и «хариссу» *(см. рис. вверху)*; любители острого могут смешать немного соуса с бульоном и полить этой смесью свою порцию кускуса *(см. рис. справа)*. ♦

Превращения кукурузной каши

Одним из основных продуктов питания является каша — блюдо, приготовленное из вареной мелкодробленой крупы или хлопьев, которое представляет собой однородную массу. Например, шотландцы едят овсяную кашу, итальянцы поленту, которая готовится из кукурузной муки *(справа)*. Поленту можно сразу подавать на стол, а можно запечь в духовке или пожарить на сковороде.

Для приготовления простой поленты засыпьте мелкодробленую кукурузную крупу в кипящую воду, в соотношении приблизительно 1:2, затем варите, непрерывно помешивая. Когда смесь загустеет, разведите ее кипятком.

На иллюстрациях вы видите, что мы вынули сваренную поленту из кастрюли, чтобы она остыла и стала густой, затем нарезали на формы и запекли с томатным соусом в духовке. Также поленту можно приготовить с соленой треской *(рецепт на стр. 111)* или употреблять в пищу с любым соусом для макаронных изделий. Для поджаривания поленты нужно сначала положить в нее мелко нарезанные вареные овощи или мясо и только потом начинать формовку. На иллюстрациях *(см. стр. 41, вверху)* показано, как прямоугольные куски поленты, предварительно смешанной с капустой, жарятся на сковороде *(рецепт на стр. 112)*.

1 **Засыпаем в кастрюлю кукурузную крупу.** Налейте в объемную кастрюлю воды, посолите и доведите до кипения. Засыпьте в кастрюлю кукурузную крупу: ее нужно сыпать с высоты, чтобы зерна могли равномерно распределиться в воде. Засыпайте крупу постепенно, чтобы вода все время продолжала кипеть, иначе получатся комки. Как только вся крупа будет засыпана, убавьте нагрев и начинайте помешивать воду деревянной ложкой.

2 **Разводим поленту водой.** Не прекращайте помешивать поленту. Всякий раз, как вы почувствуете, что полента становится слишком густой и вам тяжело ее размешивать, добавляйте половник кипящей воды *(см. рис. вверху)*. Варите поленту не менее 30 мин, пока масса не приобретет эластичной структуры и не начнет «убегать» из кастрюли. Если вы хотите получить более мягкую и нежную кашу, готовьте поленту в течение часа.

3 **Вынимаем поленту из кастрюли.** Подавать поленту следует сразу после приготовления: с соусом или же, по вашему желанию, в чистом виде как гарнир к мясным или рыбным блюдам. Если вы хотите запечь или пожарить поленту, выложите ее из кастрюли на ровную поверхность *(см. рис. вверху)*. При помощи ложки или лопатки разровняйте ее так, чтобы полента лежала ровным слоем не более 1 см толщиной. Оставьте кашу остывать и затвердевать как минимум на 20 мин.

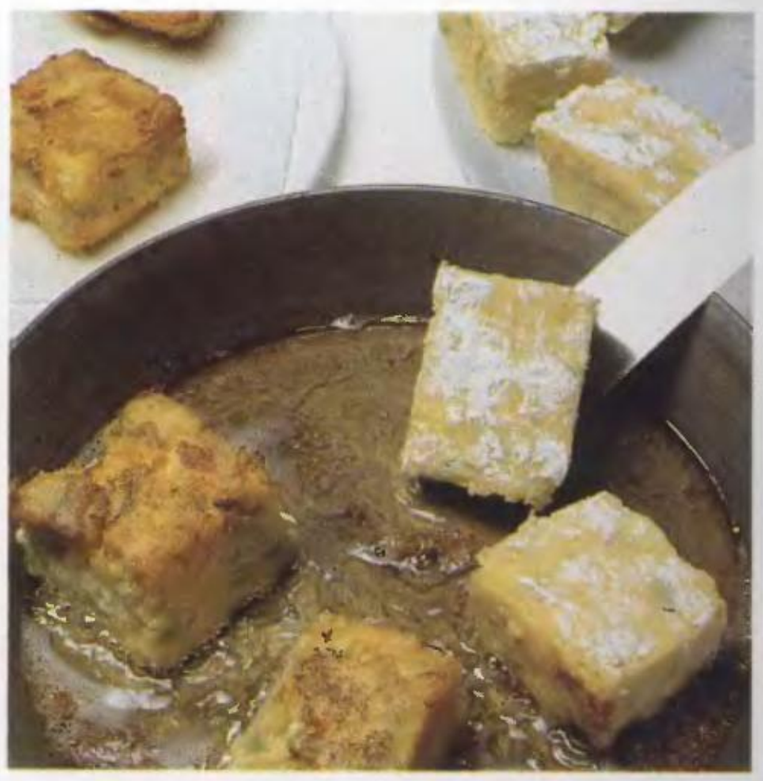
4 **Формуем поленту.** При помощи ножа или специального приспособления для формовки макаронных изделий нарежьте из остывшей массы формы: здесь из поленты мы нарезали кружки при помощи специального формовочного ножа. Соберите обрезки теста и слепите из них шарик. Затем раскатайте шарик и нарежьте новые формы.

5 **Раскладываем приготовленные формы.** Положите нарезанную на формы поленту на противень так, чтобы края форм находили друг на друга. У вас должен получиться ровный слой. Обильно посыпьте поленту тертым «пармезаном». Вы можете поставить поленту запекаться в духовку, или же, во вашему желанию, полить сверху томатным соусом *(этап 6)*.

Жареная полента с капустой

1 **Отваривание капусты.** Мелко нарубите немного капусты и опустите ее в кастрюлю с кипящей соленой водой. Варите капусту приблизительно 5 мин, затем откиньте на дуршлаг и слейте воду. Слегка потушите ее на сковороде в течение 10 мин в небольшом количестве оливкового масла. Потом добавьте капусту в горячую поленту и обильно посыпьте тертым «пармезаном». Хорошо перемешайте полученную смесь *(см. этап 2, слева)*.

2 **Раскладывание поленты на блюде.** Выложите поленту на невысокое прямоугольное блюдо. При помощи железной лопатки, смоченной в оливковом масле, разгладьте поверхность массы *(см. рис. вверху)*. Оставьте смесь охлаждаться и затвердевать как минимум на 20 мин. Затем порежьте ее на большие прямоугольные куски.



3 **Обжаривание поленты.** Насыпьте в тарелку муки и слегка обваляйте в ней куски поленты. Жарьте поленту на оливковом масле и сале в течение 15 мин на умеренном огне, время от времени переворачивая, чтобы каждая сторона приобрела коричневый цвет и покрылась хрустящей корочкой *(см. рис. вверху)*. После жарки положите их на салфетки, хорошо впитывающие влагу, а затем сразу же подайте на стол.

6 **Добавляем соус.** Приготовьте томатный соус *(стр. 15)*. Он должен быть достаточно густым, чтобы им можно было полностью закрыть куски поленты. Полейте из половника поленту соусом *(см. рис. вверху)*. Посыпьте сверху соус тертым «пармезаном» и поставьте приготовленное блюдо на 20 минут запекаться в духовку, предварительно нагретую до 200° С, пока полента и соус полностью не пропекутся, а сыр не расплавится *(см. рис. справа)*. ♦

2

Домашние макаронные изделия

Настоящее искусство

Приготовление основного теста

Осваиваем станок для нарезки макаронных изделий

Многообразие форм

Использование натуральных красителей

Основные виды начинок

Приготовление макаронных изделий в домашних условиях является одним из самых простых приемов кулинарного искусства: муку разводят яйцами и небольшим количеством растительного масла, замешивают, чтобы тесто стало тягучим и пластичным, а затем раскатывают. Этот процесс во многом напоминает процесс приготовления теста для кондитерских изделий: в самом деле, одна и та же смесь муки, яиц и растительного масла является основой и для изготовления макаронных, и для изготовления кондитерских изделий, в зависимости от того, собираетесь ли вы варить приготовленное тесто или запекать его в духовке *(см. стр. 72)*. В отличие от большинства кондитерских изделий, тесто для макарон нужно раскатывать на более тонкие пласты, однако здесь необходимо скорее обладать усердием и терпением, чем каким-либо особым мастерством. При помощи ножа, кондитерского колеса или ваших больших пальцев вы можете придать раскатанному тесту любую форму *(см. стр. 48)*: выбор очень богат — это полоски, квадраты, «бабочки» или фигурки в виде восьмерок. Готовые макаронные изделия вы можете высушить, но лучше всего варить их через несколько часов после приготовления, пока тесто еще остается влажным и сохраняет пластичность.

В награду за ваши труды вы получите макаронные изделия, обладающие великолепными качествами — твердостью, упругостью, нежностью, неповторимым вкусом и изумительным свежим ароматом. Для приготовления более изысканного теста вместо целых яиц возьмите яичные белки. А изменить цвет или аромат вы легко сможете при помощи зелени или же таких натуральных красителей, как шпинат, свекла или шафран *(см. стр. 50)*.

Если у вас есть машина для нарезки макаронных изделий *(предыдущая стр. и стр. 46)*, процесс изготовления их в домашних условиях еще более упрощается. Машина сама замешивает и раскатывает тесто: чтобы замесить тесто, его пропускают между специальными валиками, которые расположены на определенном расстоянии друг от друга, затем валики соединяют, чтобы выдавить и растянуть тесто. Отдельная насадка с валиками-резцами превращает тонкие полосы теста в лапшу.

Ценители макаронных изделий утверждают, что приготовленные вручную макароны имеют более ярко выраженный яичный привкус, чем изготовленные машинным методом, поскольку в этом случае тесто подвергается не столь грубой обработке. Это различие можно свести до минимума, если не замешивать тесто в машине: чем меньше раз вы прокручиваете его, тем больше оно походит на тесто, приготовленное вручную. Однако все недостатки машинного метода изготовления макаронных изделий кажутся несущественными перед лицом того, насколько полезным является это приспособление в домашнем хозяйстве. Благодаря ему домашние макаронные изделия стали постоянно появляться на столе, тогда как раньше их готовили лишь изредка.

Одним из самых весомых аргументов в защиту изготовления домашних макаронных изделий является возможность наполнить их собственноручно приготовленными начинками. Начинкой для макаронных изделий могут служить продукты самого разного сорта, начиная от творога с зеленью, кончая пюре из гороха со специями, рыбой со шпинатом и разнообразными остатками готовых продуктов, например, мелко нарезанное тушеное мясо *(рецепт на стр. 138—139)*.

Тонкое, широкое полотно теста, раскатанного при помощи неоднократного пропускания между валиками специального станка, проходит через насадку с валиками-резаками, которые разделяют тесто на тонкие полоски лапши. Это приспособление имеет вторую насадку резаков, предназначенную для изготовления более широкой лапши.

Первые шаги: приготовление, замешивание и раскатка теста

Для приготовления теста вручную не нужно никакого специального оборудования: для этого требуется лишь немного времени и терпения. Муку разводят до образования теста, а тесто замешивают. Обычно после этого тесто раскатывают *(внизу)*, а затем нарезают из него разнообразные формы *(см. стр. 48)*. Однако для приготовления традиционных венгерских макаронных изделий, которыми заправляют супы, а также для суфле, о котором говорится на стр. 74, тесто необходимо натереть на терке *(справа)*.

Для изготовления макаронных изделий лучше всего подходит мука, богатая клейковиной,— тесто легко раскатывается, а макароны получаются неломкие и упругие. На производстве для изготовления большинства макаронных изделий используется мелкодробленая манная крупа, вырабатывающаяся из твердого сорта пшеницы, в которой содержится наибольшее количество клейковины, однако из нее получается твердое, жесткое тесто, требующее долгого замешивания. Для приготовления домашних макаронных изделий хорошо подходит мука грубого помола, предназначенная для выпечки хлеба, поскольку она богата клейковиной, но не требует столь долгого замешивания и раскатки, как манная.

Вы можете замесить тесто при помощи одной муки и воды, однако яйца, добавленные в тесто, придадут вашим макаронным изделиям более насыщенный вкус. Если потом вы собираетесь раскатывать тесто, на каждые 100 г муки положите примерно одно яйцо; точное соотношение будет зависеть от размера яиц и от сорта муки, используемых для приготовления теста. Если добавить немного растительного или топленого сливочного масла, тесто станет мягче и его будет легче разминать руками *(рецепт на стр. 167)*.

Большое количество теста легче готовить на плоской, ровной поверхности, маленькое — в миске. На ровную поверхность нужно насыпать муки несколько больше, чем требуется, в середину налить жидкость и затем постепенно смешивать ее с мукой, начиная с краев, пока у вас не получится однородная масса. Если вы решили приготовить тесто в миске, вам будет труднее добавлять муку постепенно, поэтому для начала положите ее немного. Вы всегда сможете добавить еще, если тесто выйдет жидким, но если тесто будет слишком густым, жидкость не сможет легко и равномерно впитаться в него.

Как только тесто готово, его необходимо замешивать в течение нескольких минут: тесто разравнивают и складывают пополам, затем снова разравнивают и т. д. В результате этих действий образуется протеиновая сетка. После замешивания тесто должно представлять собой однородную, мягкую массу и ни в коем случае не быть сухим или вязким. На этом этапе готовое тесто должно быть настолько пластичным, что снова слипается при попытке раскатать его. Однако если оставить тесто на час, то вы без труда сможете тонко раскатать тесто.

Для приготовления хлопьев *(рецепт на стр. 167)* тесто должно быть очень крутым. Поэтому в процессе замешивания в тесто добавляют муку, а перед тем, как натереть на терке, его сильно охлаждают.

Стандартное тесто на все случаи жизни

1 **Добавление в муку яиц.** На ровную, гладкую поверхность насыпьте горкой муку. В центре горки сделайте небольшое углубление и разбейте туда несколько яиц или предварительно взбейте их в отдельной посуде, а затем вылейте смесь в муку *(см. рис. вверху)*. Добавьте соль и налейте немного растительного масла, чтобы тесто получилось более мягким и вам было легче с ним работать.

2 **Перемешивание компонентов.** Одной рукой постепенно пересыпайте муку с краев углубления в яичную смесь. Пальцами помешайте смесь, чтобы она стала густой. Чтобы яйца не вытекли, придерживайте края муки свободной рукой *(см. рис. вверху)*. Продолжайте перемешивать муку с яйцами, пока у вас не получится густая масса. Скатайте из нее шар.

Сверхплотное тесто для приготовления хлопьев

1 **Добавление в муку яиц.** На ровную поверхность насыпьте горкой муку. Проделайте в муке глубокое углубление. Разбейте туда яйца *(см. рис. вверху)*. Посолите, постепенно смешайте яйца с мукой, пока у вас не получится густая масса.

2 **Добавление дополнительного количества муки.** Слегка посыпьте мукой рабочую поверхность. Замесите тесто, несколько раз подряд сложив его и расплющив *(см. рис. вверху)*. В процессе замешивания постоянно добавляйте муку: тесто должно получиться максимально крутым и плотным, но без комков. Продолжайте замешивать тесто, пока масса не станет однородной и твердой.

3 **Натираем тесто на терке.** Заверните тесто в полиэтиленовую пленку и положите в холодильник приблизительно на полчаса. Затем подстелите лист пергамента, возьмите крупную терку и натрите тесто на пергамент. Используйте натертую крошку непосредственно после приготовления или же осторожно посыпьте ее сверху мукой, чтобы частицы теста не слиплись. ♦

3 **Замешивание теста.** Положите комок теста на поверхность, слегка посыпанную мукой, и расплющьте его при помощи запястья руки. Затем сложите тесто пополам и снова надавите на него, пока оно вновь не станет плоским. Продолжайте действовать таким образом в течение 5—10 мин, пока тесто не станет гладким и пластичным. Накройте тесто куском материи и оставьте на 1 ч.

4 **Раскатка теста.** Разделите тесто на части размером с кулак. Раскатайте каждую часть на поверхности, слегка посыпанной мукой. Время от времени поворачивайте тесто на 90 градусов, чтобы раскатанное полотно имело форму круга. Когда тесто становится почти прозрачным, оно достаточно тонко раскатано, и можно приступать к формовке. ♦

Станок для изготовления макаронных изделий

Большая часть работы, связанной с приготовлением макаронных изделий в домашних условиях — замешивание и раскатка теста,— может быть сделана при помощи простого приспособления. Это приспособление не только облегчит вашу работу и сэкономит время, но также полностью избавит вас от всякого ручного труда, связанного с приготовлением теста *(стр. 44)*. Весь долгий процесс приготовления макаронных изделий теперь укладывается в несколько минут.

Существует несколько видов машин, но все они действуют по одному и тому же принципу. Самый распространенный тип *(справа)* состоит из трех пар валиков, крепящихся к неподвижной основе. Одна пара валиков имеет гладкую, ровную поверхность и снабжена регулятором, при помощи которого можно варьировать расстояние между валиками. Эти валики замешивают, а затем раскатывают тесто. Другие пары валиков снабжены резаками; они предназначены для нарезки лапши из уже раскатанного теста *(см. стр. 48)*. В каждой паре валиков имеется отверстие для ручки, которая управляет машиной.

Тесто, используемое для машинного изготовления макарон, состоит из тех же ингредиентов, что и тесто для ручного приготовления. Основной процесс замешивания теста производится машиной. Тесто посыпают мукой, чтобы оно не прилипало к механизмам машины, а затем несколько раз пропускают между валиками с гладкой поверхностью. Чтобы тесто было достаточно толстым и крепко зажималось валиками, а не проскальзывало между ними, всякий раз перед тем, как заправить тесто в машину, его необходимо сложить. Если вы собираетесь готовить большое количество макаронных изделий, разделите замешанное вручную тесто на несколько частей размером с кулак.

Замешивание теста завершается, когда в нем больше не наблюдается никаких комков, а толщина теста соответствует расстоянию между валиками. На следующем этапе — этапе раскатки теста — расстояние между ними необходимо уменьшать перед каждой следующей прокруткой теста. В промежутках между прокрутками тесто больше не складывают, и оно с каждым разом становится все длиннее и тоньше. К этому времени полотно теста становится очень хрупким, и чтобы оно не порвалось, его нужно осторожно поддерживать руками. Как только тесто станет настолько тонким, насколько вам требуется, можно начинать формовку — либо вручную, либо при помощи машинных резаков — или же завернуть в него небольшие кусочки начинки *(см. стр. 53)*.

1 **Подготовка теста.** Приготовьте тесто для макаронных изделий *(см. стр. 44)* и слегка помешайте его. Разделите тесто на порции размером с кулак. Ладонью расплющьте каждый кусок *(см. вставку)*. Полностью разведите регулируемые валики. Посыпьте тесто мукой и пропустите его между валиками. Пропущенное тесто поддерживайте одной рукой *(см. рис. вверху)*.

4 **Раскатывание теста.** Уменьшите расстояние между валиками, повернув на два-три деления регулятор, расположенный сбоку *(см. рис. вверху)*. Посыпьте тесто мукой и, не складывая, пропустите между валиками. Снова слегка посыпьте тесто мукой.

2 **Складывание теста.** Слегка посыпьте мукой рабочую поверхность. Положите на нее раскатанное тесто. Сложите тесто, положив один край на середину пласта, а второй поверх первого, чтобы тесто лежало в три слоя *(см. рис. вверху)* и было примерно такой же длины, как до прокрутки в машине. Посыпьте его сверху небольшим количеством муки.

3 **Машинное замешивание теста.** Поверните тесто на 90 градусов, чтобы получить пласт прямоугольной формы, и снова пропустите между валиками с гладкой поверхностью. Опять посыпьте мукой, сложите и проверните в машине: повторите эту операцию 7—8 раз подряд, время от времени поворачивая тесто, пока оно не станет однородным по составу, а его толщина не будет соответствовать расстоянию между валиками машины.

5 **Дальнейшее раскатывание теста.** Сократите расстояние между валиками еще на два-три деления. Снова прокрутите тесто между валиками. Так как к этому времени полотно стало уже довольно длинным, поддерживайте его одной рукой, когда заправляете тесто в машину *(см. рис. вверху)*, а когда появляется раскатанный пласт, помогайте ему свободно скользить по рабочей поверхности, не давая тесту собираться в складки и слипаться.

6 **Высушивание раскатанного теста.** Посыпьте тесто мукой и раскатайте его на тонкие пласты требуемой толщины — чаще всего раскатка прекращается, когда регулятор стоит на предпоследнем делении. Если вы не собираетесь готовить тесто с начинкой, повесьте его сушиться: лучше всего повесить его на длинную палку, укрепленную между двумя стульями. Когда тесто больше не липнет, разрежьте его на куски. ♦

Умение формовать тесто

Существует большой выбор разнообразных форм, которые можно придать тесту, приготовленному в домашних условиях, от таких простых форм, как лапша и квадраты, до более сложных, как, например, «бабочки». Некоторые из наиболее быстро изготавливаемых форм представлены на наших иллюстрациях.

Лапшу можно сделать как при помощи машины *(справа)*, так и вручную *(внизу)*. Маленькие квадраты быстро готовятся, если разрезать одновременно несколько слоев теста *(см. стр. 49, внизу)*. При помощи кондитерского колесика можно украсить лапшу и квадраты, придав им рифленые края, из прямоугольных кусков теста легко слепить «бабочек», а из кружков и шариков получить чашеобразные формы.

Чтобы тесто хорошо резалось, оно должно быть пластичным и ни в коем случае не быть липким или вязким. Для достижения необходимого состояния раскатанное тесто нужно некоторое время сушить — время сушки может варьироваться от нескольких минут до 1 ч. Не давайте тесту долго сохнуть, иначе оно станет жестким и может сломаться, когда вы начнете его резать. После формовки посыпьте полученные формы мелкой манной крупой или же мукой, чтобы они не слиплись друг с другом.

Быстрая нарезка теста с помощью станка

Изготовление лапши. Дополнительно к валикам, замешивающим и раскатывающим тесто, станок снабжен двумя или более насадками-резаками различной ширины. Чтобы приготовить лапшу среднего размера, установите ручку станка рядом с самым широким резаком и пропустите через него предварительно раскатанное в машине тесто. Поддерживайте выходящие полоски лапши рукой *(см. рис. вверху)*.

Нарезание тонкой лапши. Если вам требуется получить тонкую лапшу, установите ручку станка над роликом с более узким расстоянием между режущими кромками и пропустите пласт теста через него. Как только тесто попадает между резаками, уже нет необходимости поддерживать неразрезанное полотно руками. Свободной рукой придерживайте нарезанную лапшу по мере того, как она будет появляться из машины *(см. рис. вверху)*, чтобы она не спуталась.

Нарезка лапши вручную

1 **Складывание теста.** На деревянной доске раскатайте небольшое количество теста, чтобы оно приобрело форму круга. Посыпьте раскатанное тесто мелкой манной крупой, чтобы оно не слипалось. Затем сверните тесто в несколько слоев, двигаясь с двух краев к центру полотна, пока оба рулона теста не встретятся. Не давите на сложенное тесто, иначе оно может слипнуться.

2 **Разрезание теста.** Острым ножом нарежьте тесто на полоски одинакового размера *(см. рис. вверху)*. Одним из преимуществ ручного приготовления лапши является то, что в этом случае нет ограничений относительно ширины лапши: можно нарезать лапшу любого размера.

3 **Разворачивание лапши.** Проденем лезвие ножа в середину разрезанного поперек листа — на месте соединения двух рулонов теста. Когда лезвие будет полностью покрыто лапшой, поднимите нож так, чтобы тупой край находился чуть выше лезвия: свернутая в рулон лапша развернется и повиснет с обеих сторон ножа *(см. рис. вверху)*.

Использование колесика

Гофрирование кромок. Посыпьте мукой рабочую поверхность и положите сверху прямоугольный пласт теста, приготовленного вручную или при помощи станка. Обрежьте тесто по краям при помощи кондитерского колесика, чтобы они стали рифлеными. Тем же колесиком разрежьте полотно на широкие полоски лапши *(см. рис. вверху)* или лазаньи — квадратные куски со стороной 12 см.

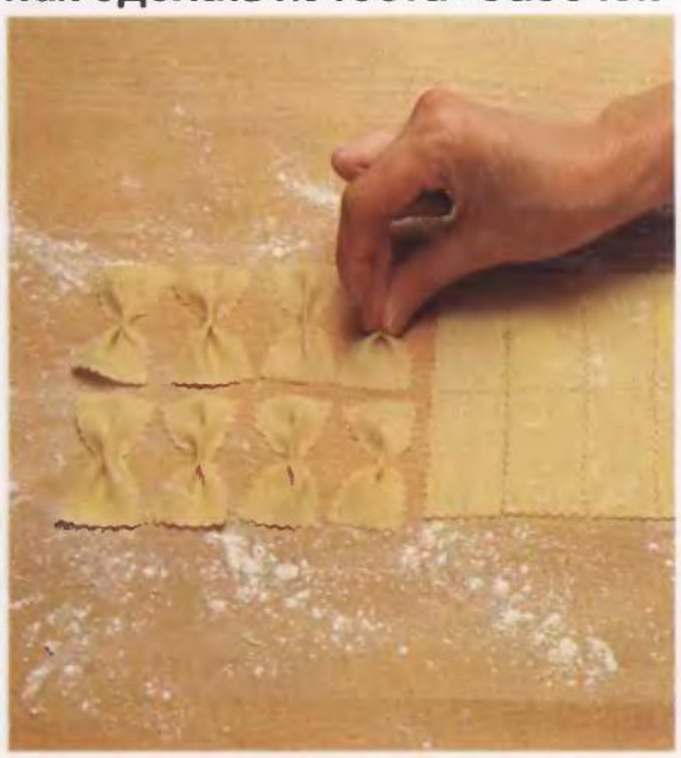
Изготовление «восьмерок»

Лепим тесто при помощи больших пальцев рук. Отрежьте небольшие кусочки теста размером с грецкий орех и придайте им пальцами форму колбаски. Слегка расплющьте их и положите на поверхность, посыпанную мукой. Затем большими пальцами рук сильно надавите на оба конца каждой колбаски: с обеих сторон от центра должны остаться круглые отпечатки *(см. рис. вверху)*.

Изготовление «грибных шляпок»

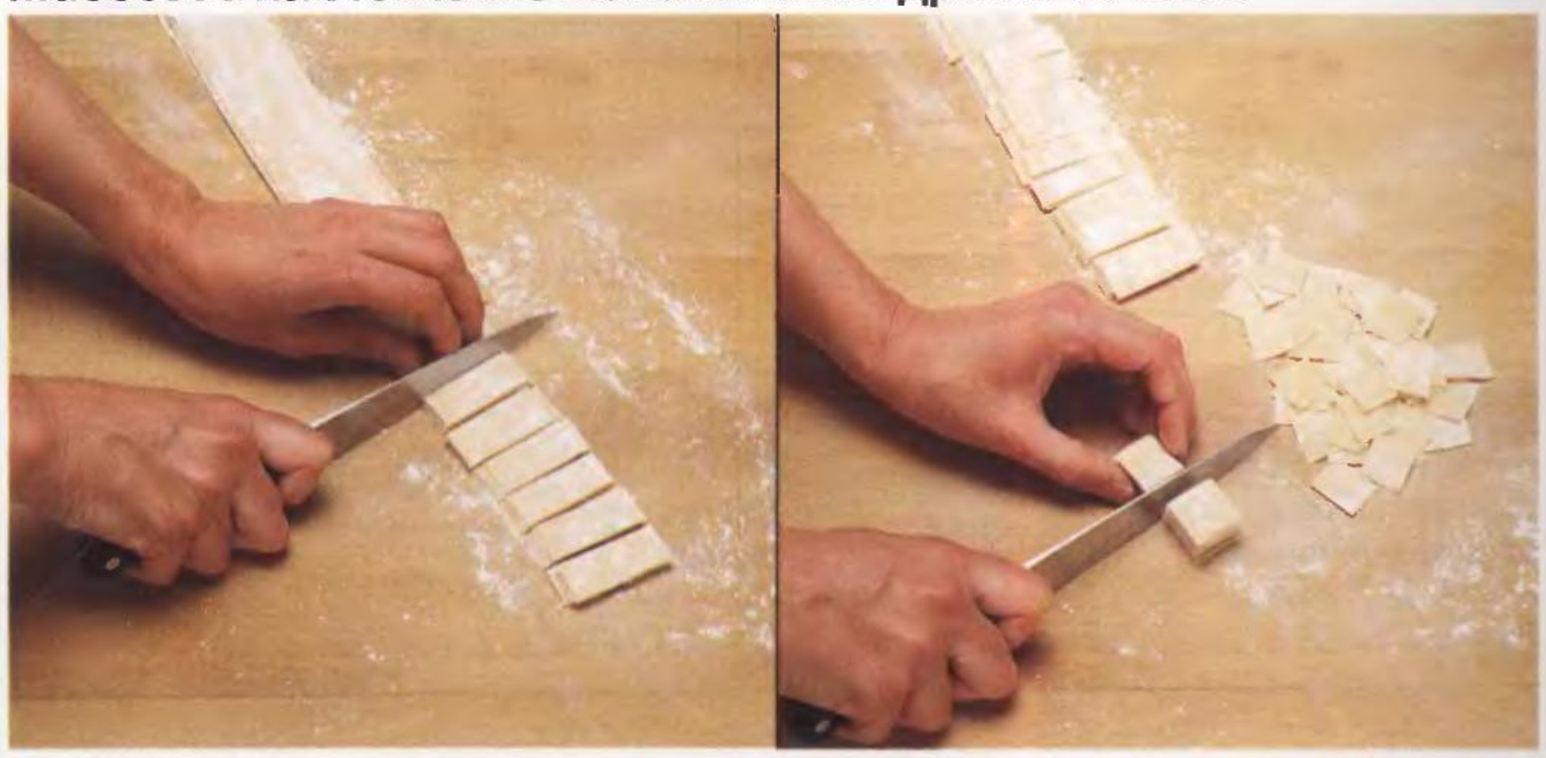
Формуем тесто при помощи ладони. Положите немного теста на посыпанную мукой поверхность и скатайте из него колбаску диаметром приблизительно 2 см. Нарежьте колбаску на куски толщиной 3 мм. Положите кружок теста на ладонь и легкими вращательными движениями большого пальца другой руки делаем углубление в середине. Слегка повертите кружок, чтобы он стал тоньше и шире.

Как сделать из теста «бабочек»



Соединение прямоугольников из теста в центре. Возьмите прямоугольный пласт теста и обрежьте его по краям кондитерским колесиком, чтобы они стали волнистыми. При помощи колесика нарежьте тесто на небольшие прямоугольные куски размером примерно 5 на 2,5 см. Сожмите маленькие прямоугольники теста в центре, чтобы получить «бабочек».

Массовое изготовление маленьких квадратов из теста



Складывание теста в несколько слоев для быстрой нарезки. Раскатайте тесто и нарежьте его на длинные полосы шириной в три пальца *(см. рис. слева)*. Посыпьте полосы теста мукой и положите их одну на другую. Нарежьте сложенное слоями тесто на небольшие полоски шириной приблизительно 2,5 см. Затем разрежьте их пополам, чтобы получились квадраты *(см. рис. справа)*.

Вкусовые добавки и красители

На приготовление в домашних условиях цветных макаронных изделий вы затратите не больше усилий и времени, чем на приготовление обычных макарон, однако в результате вы получите весьма эффектное блюдо, особенно если одновременно будете сочетать несколько цветов, как показано на иллюстрации на *стр. 56*. Красители, в качестве которых используются зелень различных трав (для получения зеленого цвета), свекла (для получения красного), помидоры (для получения оранжевого) и шафран (для получения желтого), всегда придают макаронным изделиям особенный привкус и аромат.

Все красители за исключением шафрана необходимо приготовить заранее и только потом смешать с другими ингредиентами, входящими в состав теста: мукой, яйцами, солью и оливковым маслом. Зелень мелко режут, овощи сначала варят, а затем режут или доводят до состояния пюре, чтобы они равномерно смешались с тестом. Шпинат предварительно отваривают, а затем превращают в пюре, если тесто раскатывается вручную. Если вы готовите тесто при помощи машины, то достаточно просто мелко нарезать вареный шпинат — валики сами равномерно распределят его в тесте, придав ему ровный цвет. Для томатного красителя можно взять немного сильно разбавленного томатного соуса *(см. стр. 15)*. Свеклу необходимо отварить и сделать из нее пюре, независимо от того, каким образом вы собираетесь готовить тесто; вы можете растолочь ее в ступке при помощи пестика, но гораздо проще будет измельчить свеклу в кухонном комбайне.

Чтобы равномерно распределить в тесте шафран, удобнее всего смешать его с мукой до того, как вы будете разводить ее. Овощные пюре и зелень добавляются в муку одновременно с прочими ингредиентами.

Когда красители добавлены в тесто, его замешивают и раскатывают ручным *(см. стр. 44)* или машинным *(см. стр. 46)* способом. Чтобы после добавления в тесто красителей оно не стало слишком жидким, в процессе замешивания в него досыпают дополнительное количество муки. Некоторые добавки, например, шпинат или зелень, постепенно выделяют сок, поэтому, чтобы тесто получилось густым, в него нужно будет добавить дополнительное количество муки во время раскатки.

Пласты теста, окрашенные в различные цвета, сушатся на древке: тесто, окрашенное при помощи зелени, свеклы, помидоров, шпината и шафрана.

Темно-зеленый цвет, полученный при помощи шпината

1 **Подготовка шпината.** Отварите шпинат в подсоленной воде в течение 5 мин. Откиньте на дуршлаг, отожмите его как можно лучше и мелко нарубите; затем смешайте шпинат с мукой, яйцами, солью и растительным маслом.

2 **Замешивание теста.** Основательно перемешайте все ингредиенты зеленого теста при помощи вилки. Слегка замесите тесто вручную *(см. рис. вверху)*, а затем заправьте в машину, замесите и раскатайте его.

Ярко-оранжевый цвет томатов

Добавление томатного пюре. Для приготовления теста оранжевого цвета добавьте разбавленный и процеженный томатный соус *(стр. 15)* и перемешайте с другими компонентами перед замешиванием и раскаткой теста.

Крапинки свежей зелени

1 **Нарезание зелени.** Мелко нарубите зелень различных трав — мы взяли петрушку, щавель, тимьян, шалфей, эстрагон. Также можно использовать базилик, майоран, иссоп или фенхель.

2 **Смешивание зелени с тестом.** При помощи вилки перемешайте нарезанную зелень с другими ингредиентами, входящими в состав теста,— мукой, оливковым маслом, солью и яйцами. Замесите тесто и раскатайте его.

Теплый и яркий цвет шафрана

1 **Смешивание шафрана с мукой.** Возьмите щепотку шафрана и тщательно перемешайте его при помощи вилки, чтобы равномерно распределить краситель в тесте с другими сухими ингредиентами, входящими в состав теста,— мукой и солью.

2 **Замешивание теста.** Когда шафран равномерно перемешается с мукой, разведите муку яйцами и оливковым маслом. Замесите и раскатайте тесто.

Густой розовый цвет, полученный при помощи свеклы

1 **Приготовление пюре из свеклы.** Отварите в кипящей подсоленной воде нечищеную свеклу, пока она не станет мягкой — от 40 мин до 2 ч, в зависимости от размера клубней. Очистите ее, нарежьте на части и сделайте из нее пюре при помощи кухонного комбайна *(см. рис. вверху)*.

2 **Добавление свеклы в тесто.** Смешайте свекольное пюре с другими ингредиентами, входящими в состав теста, в миске или на ровной поверхности. Замесите тесто и раскатайте его.

Вкусные начинки для любых форм

Пюре или мелко нарезанные смеси, в основе которых лежат мясные или рыбные продукты, овощи или сыр, служат великолепными начинками для макаронных изделий. Два вида начинок представлены на наших иллюстрациях: оба служат идеальным наполнением для любых форм *(см. стр. 53—55)*. Начинка из мягкого сыра (можно использовать творог) и шпината изображена на иллюстрациях справа, приготовление более твердой начинки из тушеного мяса со шпинатом показано на рисунках снизу *(рецепт на стр. 138)*.

Вы легко можете изменить пропорции, исключить из состава шпинат или же заменить его какой-нибудь другой зеленью, например, латуком или же мангольдом, а также использовать для начинки любые виды мяса, в том числе и остатки. Яйцо поможет закрепить ингредиенты, однако добавлять его совсем не обязательно, поскольку начинка будет плотно зажата между слоями теста.

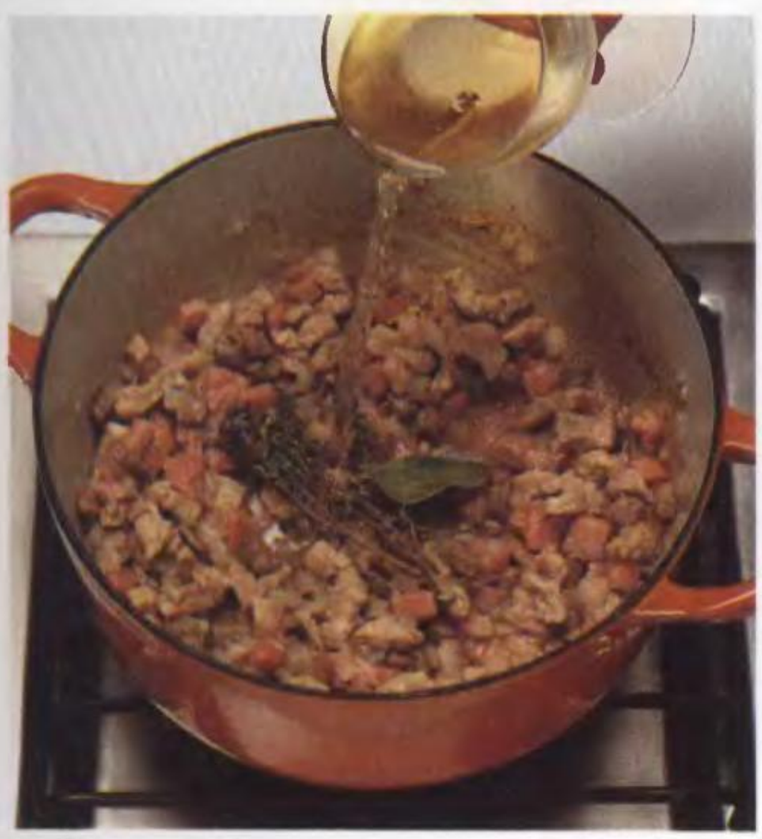
Любую начинку следует делать из приготовленных заранее продуктов. После варки листья зелени необходимо выжать насухо, иначе тесто размокнет и будет легко рваться. Так же нужно слить сок, в котором тушилось мясо, или же отцедить его в отдельную посуду.

Смесь из сыра

1 **Смешивание сыра с яйцами.** Отделите листья шпината от стеблей. Варите шпинат в кипящей воде в течение 2—3 мин. Слейте воду, промойте листья под холодной водой, затем выжмите и мелко нарежьте их. Возьмите сыр «рикотта» (или творог), смешайте его с яйцами и добавьте небольшое количество тертого «пармезана» *(см. рис. вверху)*.

2 **Добавление шпината.** Добавьте нарезанный шпинат в миску, где находятся другие ингредиенты, входящие в состав начинки. Тщательно перемешайте полученную смесь *(см. рис. вверху)*. Посолите и поперчите и добавьте по вкусу молотый душистый перец.

Тушеное мясо со шпинатом



1 **Приготовление мяса.** Мелко нарежьте репчатый лук и мясо — здесь сырая телятина, говядина и ветчина. Обжаривайте репчатый лук на растительном масле, пока он не станет мягким. Добавьте мясо и жарьте его, пока оно не станет коричневого цвета. Затем положите тимьян, лавровый лист и долейте стакан вина и стакан крепкого бульона. Прикройте крышкой и тушите 1—1,5 ч, пока мясо не станет мягким, а жидкость не выкипит.

2 **Разминание начинки.** Отварите очищенный от стеблей шпинат в большом объеме кипящей воды в течение 2—3 мин. Затем процедите и выжмите его насухо. Мелко нарежьте листья. Удалите из тушеного мяса лавровые листья и тимьян. Переложите мясо и лук в большую миску *(см. рис. вверху)* и тщательно разомните при помощи вилки.

3 **Добавление шпината.** Положите в миску с мясом и луком яичные желтки и нарезанный шпинат. Вилкой тщательно перемешайте все ингредиенты. Попробуйте приготовленную начинку и, если необходимо, добавьте соль и молотый перец.

Тесто с начинкой

Существует два способа изготовления небольших форм для макаронных изделий с начинкой. Начинку кладут либо между двумя пластами теста *(внизу)*, либо посередине небольших квадратов или кружочков из теста, в которые она потом заворачивается *(см. стр. 54—55)*.

Пельмени, представленные здесь, готовятся первым способом. Их легче всего приготовить, и они больше, чем остальные макаронные изделия, подходят для массового производства в домашних условиях. На полосе теста, раскатанного в машине, или на пласте теста прямоугольной формы, приготовленного вручную, раскладывается через равные промежутки начинка. Тесто между начинкой смачивают водой, чтобы оно прилипло ко второму пласту теста, которым покрывают сверху начинку. Осторожно проведя острым ножом или кондитерским колесиком по тесту, вы можете легко разделить пласт на небольшие пельмени.

Для приготовления более сложных фигур, представленных на следующих страницах, тесто сначала режут на квадраты или кружки, затем, положив начинку, заворачивают ее в тесто различными способами. Кружок из теста можно просто смочить по краю, сложить пополам и залепить, придав ему форму полумесяца; в свою очередь, полумесяц можно свернуть и получить удобные формы, известные как «тортеллини» *(см. стр. 54—55, вверху)*. Сложенный и завернутый, как конверт, кружок образует аккуратную прямоугольную упаковку из теста для любой начинки, а из квадратов получатся замечательные фигуры в виде звезд, если соединить вместе края и слепить их *(см. стр. 54, в рамке)*.

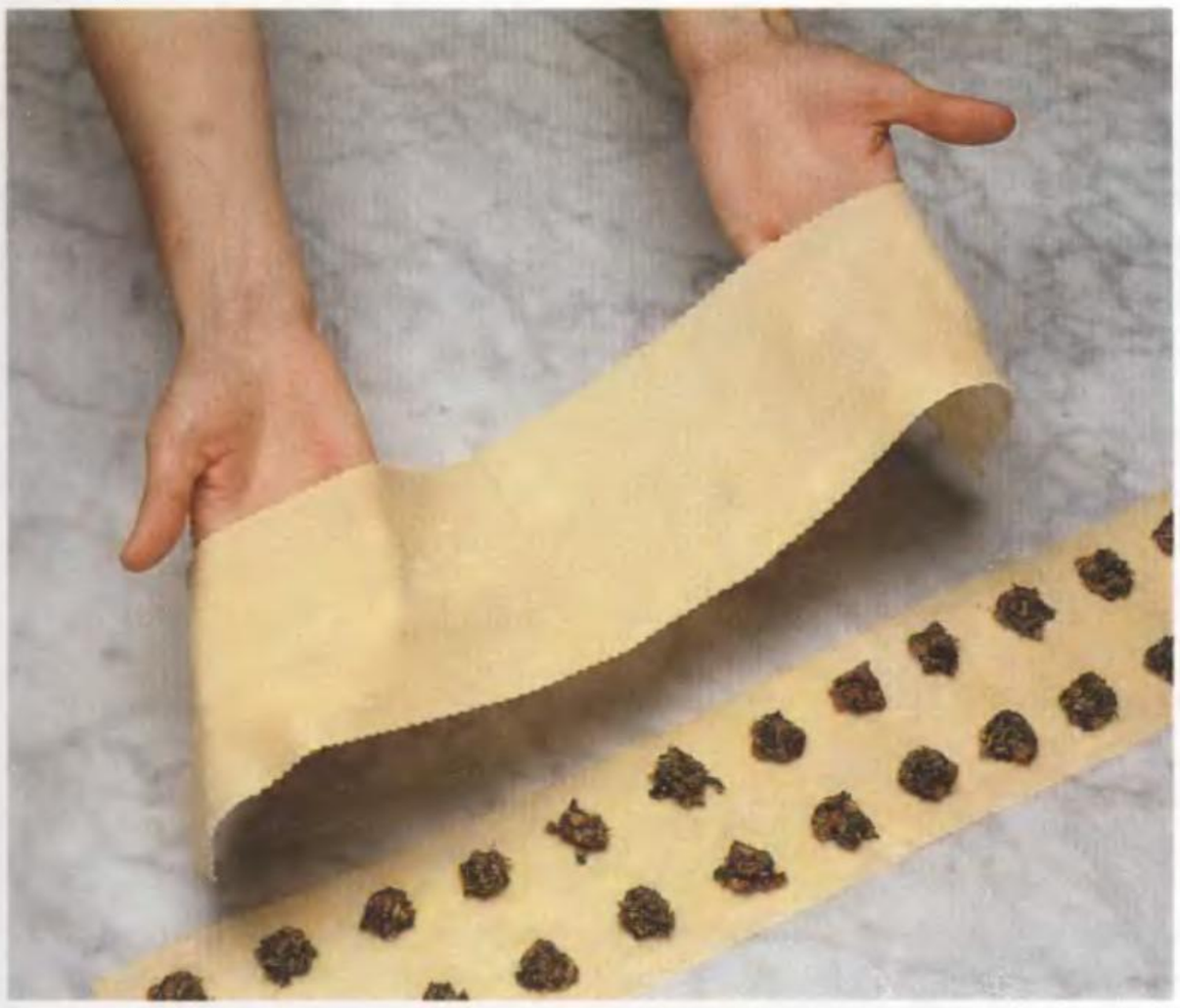
«Звездочки» из теста можно сделать из небольших квадратов, края которых слегка слеплены вместе *(см. стр. 55, внизу)*. Большинство начинок нельзя класть в незакрытые формы, однако если вы будете использовать в качестве начинки густую, однородную смесь — например, измельченное мясо или же творог с тертым «пармезаном», как здесь,— и на каждый кусок теста положите ее совсем немного, то начинка прилипнет к тесту в процессе варки.

Тесто для наполнения любыми начинками должно иметь толщину не менее 3 мм — то есть раскатываться несколько толще, чем для макаронных изделий без начинки: оно должно быть достаточно крепким, чтобы не порваться и не потерять содержимое во время варки. Поскольку в тесто заворачивают начинку, оно должно быть влажным и максимально пластичным: поэтому использовать пласты теста нужно непосредственно после изготовления. Для приготовления пельменей раскатайте одновременно два пласта; для других форм раскатайте и нарежьте из теста столько кружков или квадратов, сколько вам необходимо, затем обваляйте их в муке, чтобы они не слипались, и сложите их стопкой один на другой, чтобы они не пересохли, пока вы работаете.

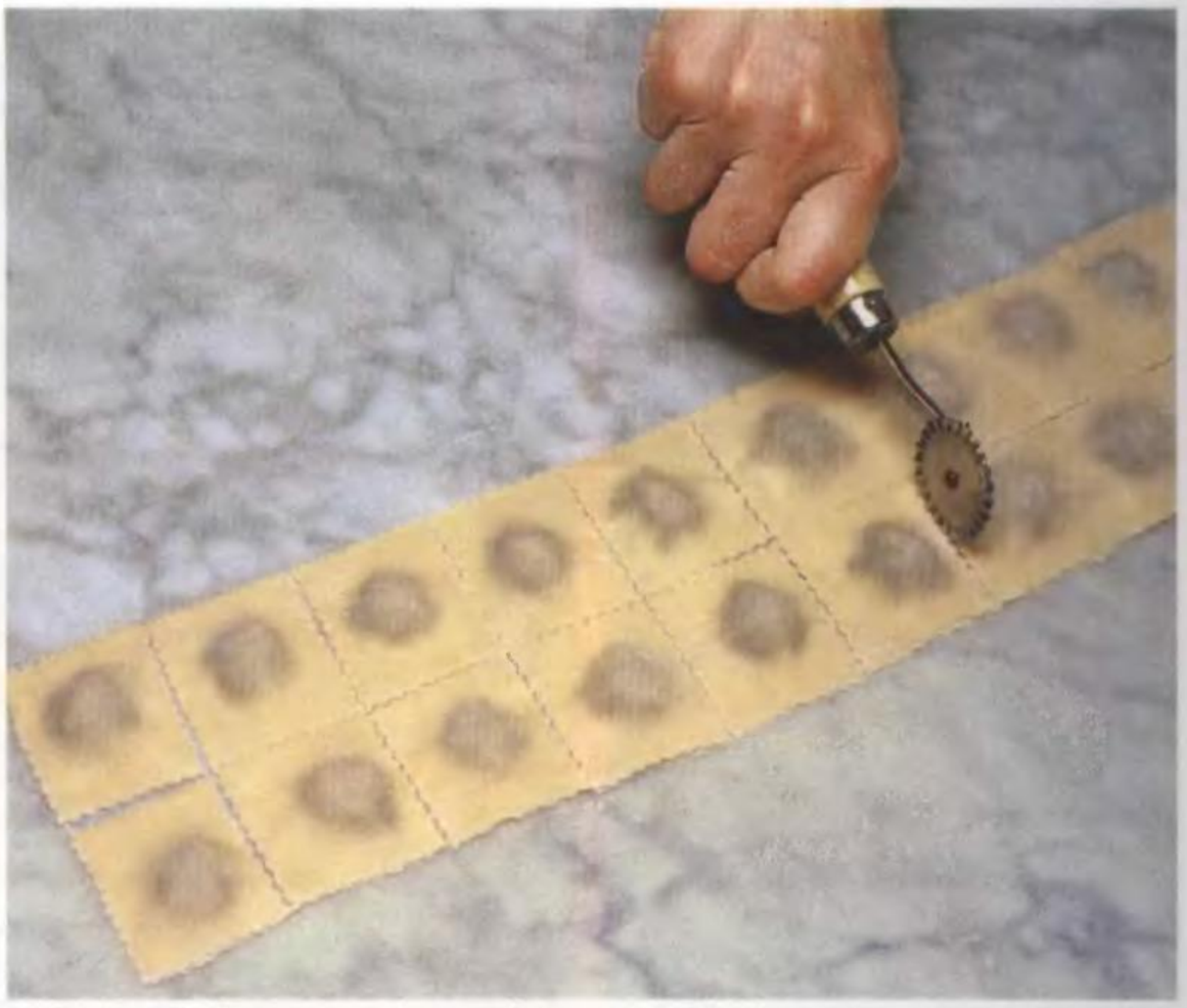
Каждая форма должна иметь вокруг начинки края из теста толщиной не менее 5 мм, чтобы надежно закрывать ее. Вы не должны класть слишком много начинки или же, в случае с пельменями, располагать порции начинки слишком близко друг к другу. Проследите, чтобы начинка не попала между краями теста, когда будете соединять их, потому что в этом случае края не слипнутся.

Так как тесто при приготовлении макаронных изделий с начинкой остается влажным, они постоянно стремятся прилипнуть друг к другу или к поверхности, на которой лежат. Чтобы тесто не прилипало и не рвалось, сложите их отдельно друг от друга на поверхность, посыпанную мукой, пока не будете готовы к их приготовлению.

Как приготовить пельмени



1 **Закрывание начинки.** Раскатайте два совершенно одинаковых пласта теста; обработайте края кондитерским колесиком. Положите на один пласт небольшие порции начинки (половину чайной ложки) через равные интервалы в 5 см; оставьте края в 2,5 см. Смочите тесто, находящееся между порциями начинки, водой. Сверху положите второй пласт теста *(см. рис. вверху)*.



2 **Разрезание теста на отдельные пельмени.** Ребром ладони прижмите тесто между порциями начинки, чтобы два смоченных водой слоя теста крепко прилипли друг к другу. Рифленым кондитерским колесиком проведите по тесту вдоль и поперек между порциями начинки, чтобы разрезать его на отдельные пельмени *(см. рис. вверху)*. ♦

Превращение кружков теста в тортеллини

1 **Закладывание начинки.** При помощи специальной кондитерской формы или стакана нарежьте из теста кружки диаметром приблизительно 7,5 см. В середину каждого кружка положите 1 ч. л. начинки — здесь в качестве начинки используется смесь сыра и шпината *(стр. 52)*. Кондитерской кистью или пальцем смочите тесто по краям водой *(см. рис. вверху)*.

2 **Складывание теста в первый раз.** Сложите кружок из теста пополам, чтобы получился полумесяц, в середине которого находится начинка. Чтобы закрыть начинку со всех сторон, слепите края теста, смоченные водой, при помощи большого и указательного пальцев *(см. рис. вверху)*. Вы можете варить приготовленные изделия прямо в таком виде, а можете сделать из них тортеллини *(этапы 3 и 4)*.

Два простых способа заворачивания начинки

Сворачивание из кружков аккуратных конвертов. Сделайте из теста кружки диаметром около 7,5 см. В середину каждого кружка положите 1 ч. л. начинки. Слегка смочите края теста водой. Возьмите два противоположных края и оберните ими начинку. Затем сложите другие два края поверх первых двух *(см. рис. вверху)*, и слегка надавите сверху, чтобы этот «конверт» из теста не раскрылся.

Вылепливание из квадратов «звездочек». При помощи рифленого или обыкновенного кондитерского колесика нарежьте пласт теста на квадраты длиной приблизительно 7,5 см по диагонали. В середину каждого квадрата положите 1 ч. л. начинки и смочите края теста водой. Соедините вместе два противоположных угла, закрыв тестом начинку, затем возьмите два других угла и также соедините их. Чтобы начинка была надежна закрыта со всех сторон, слепите все четыре угла вместе.

3 **Сворачивание полумесяца из теста.** Возьмите каждый полумесяц из теста обеими руками и осторожно оберните его вокруг вашего указательного пальца, пока оба конца не встретятся. Одновременно заверните скрепленные вместе края теста вверх, чтобы по краям формы образовался желобок *(см. рис. вверху)*.

4 **Закрепление формы.** Крепко соедините концы свернутого полумесяца друг с другом, чтобы фигура приобрела форму скрученного круга. Положите приготовленные тортеллини на салфетку, посыпанную мукой; проследите, чтобы они не соприкасались друг с другом, иначе они могут слипнуться. Оставьте тортеллини на некоторое время сушиться. ♦

Свободная упаковка для хорошо измельченной начинки

1 **Приготовление начинки.** Возьмите баранью лопатку, удалите с нее жир и соединительные ткани. Нарежьте мясо на небольшие куски. Разомните мясо в ступке вместе с очищенным чесноком, солью, перцем и зеленью,— здесь мы использовали мяту, орегано и петрушку,— пока не получите однородную массу. Также вы можете измельчить мясо и специи в кухонном комбайне.

2 **Соединение концов теста.** Нарежьте пласт теста на квадраты со сторонами 3 см. На каждый квадрат положите немного начинки. Соедините вместе два противоположных конца каждого квадрата *(см. рис. вверху)*, закрыв тестом начинку, затем соедините другие два конца. Возьмите все четыре конца и слепите их вместе *(см. рис. справа)*. Вы можете не соединять все края, поскольку начинка сама прилипнет к тесту в процессе варки. ♦

3

Блюда из макаронных изделий

От основ к экзотике

Варка макаронных изделий

Слои теста, запеченные в духовке под соусом

Основное блюдо из хрустящей поджаренной лапши

Создаем из макарон купол

«Корзиночки» для макаронных изделий из овощей и теста

Два необычных рецепта суфле

Из всех продуктов, вырабатывающихся из зерновых культур, наиболее привлекательными, безусловно, являются макаронные изделия: сочные и вкусные, они одновременно чрезвычайно просты в приготовлении. Из любого сорта макаронных изделий можно легко изготовить замечательное блюдо, всего лишь сварив их в кипящей воде, смешав со сливочным маслом и заправив тертым сыром или зеленью. Однако такой упрощенный способ приготовления лучше всего подходит к макаронным изделиям с начинкой, которые сами по себе обладают довольно пикантным вкусом. Если же вы не хотите акцентировать внимание на макаронных изделиях, то можете дополнить блюдо разнообразными элементами, выбор которых очень богат: например, прекрасным дополнением к макаронным изделиям будут вареные или поджаренные овощи или такие деликатесы, как трюфели или грибы, а также любой рыбный, мясной или овощной соус *(рецепты на стр. 115—123)*.

Соусы, предназначенные для макарон или для клецек,— прямых родственников макаронных изделий как по линии изготовления, так и по линии приготовления *(см. стр. 60)* — обычно являются той или иной вариацией таких классических видов соусов, как белый или томатный *(см. стр. 14—15)*. Одной из разновидностей томатного соуса является мясной соус, который готовится из кусков говядины или любого другого вида мяса, ароматических овощей и томатов. Можно разнообразить мясной соус, добавив в него сливки, или несколько изменить его состав, положив жареную куриную печенку, горох или грибы. Для соуса из морских продуктов помидоры готовят в собственном соку вместе с мидиями или другими моллюсками, а также с такими пикантными сортами рыбы, как тунец или хамса. Еще одним замечательным дополнением к макаронам могут служить толченые орехи, смешанные с растительным маслом, маковым семенем и иногда хлебной крошкой, которую предварительно обжаривают на сливочном масле, пока она не становится хрустящей.

Можно не только просто поливать макаронные изделия соусом, но и совмещать их с другими продуктами. Например, макароны могут составлять часть начинки для пирога из теста *(рис. на стр. 56 и на стр. 72)* или запеканки из кусков жареного баклажана или цукини *(см. стр. 71)*. Из самих макаронных изделий также можно изготовить «корзиночку» для начинок, хотя им недостает прочности, чтобы выдерживать жидкие начинки. Тем не менее, если свернутые спиралью длинные макароны смазать паштетом, который затвердевает в процессе приготовления и становится своего рода цементом, не дающим начинке вытечь, вы получите замечательное блюдо — своего рода пирог из макарон с начинкой, по своему внешнему виду напоминающий осиное гнездо *(см. стр. 68)*.

Менее претенциозное блюдо: широкие пласты теста, края которых находят друг на друга, раскладывают слоями, промежутки между ними заполняют соусом и сыром, затем запекают в духовке и в результате получается блюдо неоднородное по своему составу *(см. стр. 62)*. Хлопья из теста, разваренные в молоке до состояния густой массы, являются основой для приготовления необычных суфле *(см. стр. 74)*. А рулет из теста с начинкой можно сварить в специальном сосуде, а затем нарезать на кружки с красивым спиралевидным узором *(см. стр. 64)*.

Нежная домашняя лапша, окрашенная в разные цвета, и макаронные изделия, начиненные сыром и шпинатом, подаются на стол вместе с мелко нарезанной ветчиной, сыром и сливками в слоеной корзиночке, приготовленной на оливковом масле. Жидкая начинка прекрасно контрастирует с хрустящей структурой корзиночки.

Как правильно сварить и подать к столу макаронные изделия

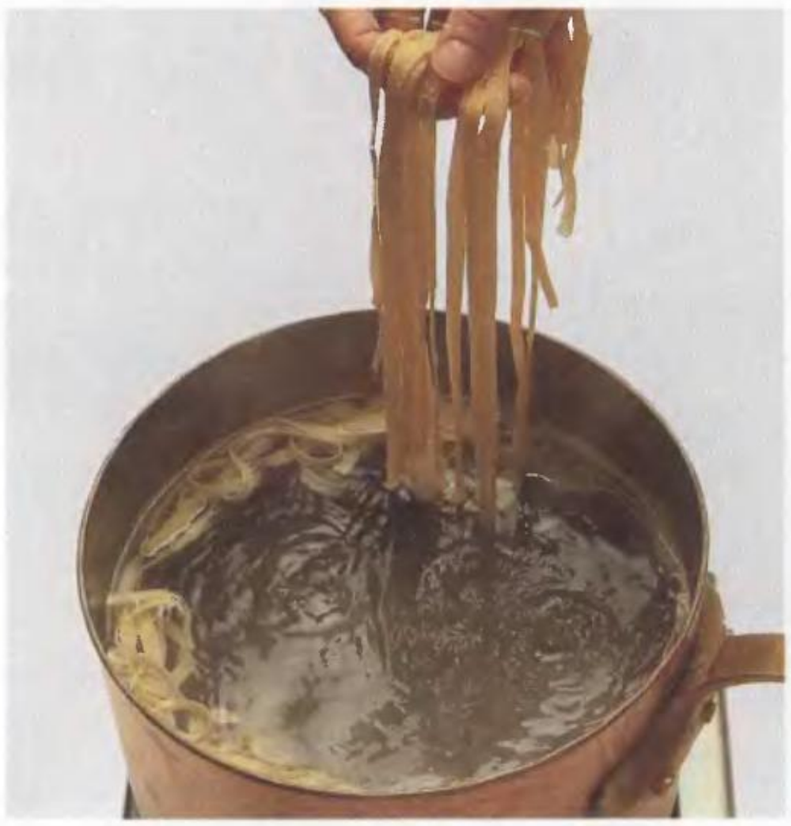
Основным способом приготовления макаронных изделий является варка в соленой воде, после чего их перекладывают в сервировочное блюдо и смешивают с соусом. В качестве соуса можно использовать как обыкновенное оливковое или сливочное масло, так и пикантный мясной соус *(см. стр. 14)*. Самые простые подливы особенно хорошо сочетаются с домашними макаронными изделиями, чей неповторимый нежный вкус не заметен под густыми, насыщенными соусами. Например, на иллюстрациях справа свежеприготовленная лапша заправляется сливочным маслом и тертым «пармезаном». Внизу показано, как сухие тренетте варят с помидорами и бобами, а затем лапшу и овощи подают на стол с «песто» — острым соусом из базилика и чеснока *(см. стр. 59, в рамке; рецепт на стр. 122)*.

И домашние, и сухие макаронные изделия варятся одинаково, но разное время. Чтобы они не слипались в процессе приготовления, их варят в большом объеме соленой воды — как минимум 4 л на каждые 500 г макаронных изделий — и добавляют в воду 1 ст. л. растительного масла. Макаронные изделия опускают в кипящую воду — это предотвратит их слипание. Когда начнете варить макаронные изделия, не забудьте осторожно помешать их, чтобы они расправились в воде.

Макаронные изделия варят до тех пор, пока они не становятся мягкими. Итальянское выражение *al dente*, то есть «на зубок», означает, что сердцевина макарон должна оставаться твердой. Свежеприготовленные макаронные изделия — как с начинкой *(см. стр. 52)*, так и без нее *(см. стр. 48)* — достигают стадии *al dente* приблизительно через 2—5 мин после начала варки. Сухие макаронные изделия нужно готовить как минимум в два раза дольше. Точное время приготовления зависит от того, насколько тонкими и сухими они являются, а также от того, из чего они были выработаны. Чтобы точно определить, когда макароны будут готовы, через равные промежутки времени снимайте с них пробу.

Как только макаронные изделия достигнут полной готовности, их необходимо сразу же вынуть из воды, чтобы процесс варки завершился. При помощи специальной деревянной вилки *(этап 2, вверху)* вы можете вынуть и процедить такие длинные сорта макаронных изделий, как лапша или спагетти, прежде чем переложить их в предварительно нагретое сервировочное блюдо. Также длинные макаронные изделия можно откинуть на дуршлаг — основной способ процеживания макаронных изделий небольшого размера.

Домашняя яичная лапша со сливочным маслом и сыром



1 **Засыпание лапши в воду.** Наполните большую кастрюлю водой и доведите ее до кипения. Добавьте соль и налейте в воду столовую ложку растительного масла. Когда вода забурлит, засыпьте в нее лапшу. Помешайте, чтобы лапша не слиплась. Поддерживайте кипение воды.

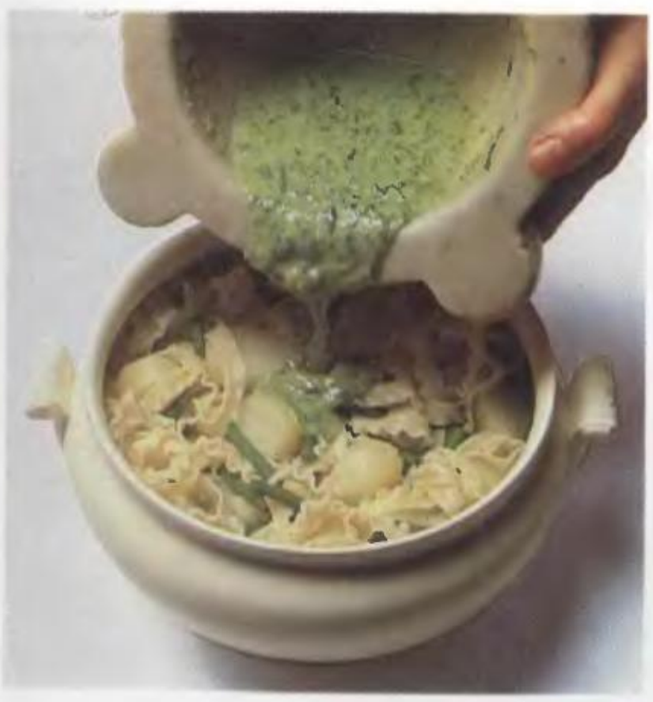
2 **Процеживание лапши.** Деревянной вилкой достаньте из кастрюли немного лапши и проверьте ее на готовность, сжав между пальцами. Повторяйте операцию примерно через каждые 30 сек до готовности. Каждую порцию лапши подержите несколько секунд над кастрюлей, чтобы дать воде стечь, затем переложите ее в предварительно нагретую миску или же разложите по тарелкам.

Сухие макаронные изделия с овощами

1 **Отваривание тренетте.** Почистите помидоры и нарежьте их на куски. Возьмите зеленую фасоль, отрежьте верхушки и концы. Наполните большую кастрюлю водой, слегка посолите, доведите до кипения и добавьте в нее 1 ст. л. растительного масла. Положите в воду помидоры, через 5 мин засыпьте фасоль. Когда вода вновь достигнет сильного кипения, положите в кастрюлю тренетте, прижимая их ко дну кастрюли до тех пор, пока они не станут мягкими и не согнутся *(см. рис. вверху)*.

2 **Проверка тренетте на готовность.** Примерно через 7 мин после того, как вы засыпали в воду тренетте, начинайте проверять их на готовность. Через каждые 30 сек доставайте из кастрюли специальной деревянной вилкой небольшие порции тренетте и пробуйте их, сжимая между пальцами *(см. рис. вверху)*. Когда макаронные изделия готовы, налейте 1 ст. л. воды, в которой они варились, в соус «песто» *(см. справа, в рамке)*. Содержимое кастрюли откиньте на дуршлаг.

3 **Смешивание лапши со сливочным маслом и сыром.** Натрите немного «пармезана» *(см. вставку)*. Когда вся лапша будет находиться в сервировочном блюде или в тарелках, добавьте в нее тертый сыр и немного сливочного масла. Хорошо помешайте лапшу при помощи вилки и ложки *(см. рис. вверху)*. Подайте на стол непосредственно после приготовления. ♦



3 **Добавление соуса.** Как только вода будет слита, переложите макаронные изделия, помидоры и фасоль из дуршлага в нагретое сервировочное блюдо или же разложите по тарелкам. Добавьте соус «песто» *(см. вставку)*. Осторожно перемешайте тренетте и овощи с соусом *(см. рис. вверху)*. ♦

Пикантный соус из свежей зелени

«Песто» в переводе с итальянского просто «толченый» — это смесь из базилика, чеснока, семян пинии и соли, которые толкут в ступке вместе с оливковым маслом. Тертый «пармезан» или «пекорино» (овечий сыр) придадут соусу объем, особый пикантный вкус и аромат. Небольшое количество воды, в которой варились макаронные изделия, сделают соус более жидким.

1 **Приготовление массы.** Растолките в ступке головки чеснока, семена пинии и крупнозернистую соль, пока не получите однородную массу. Нарубите свежие листья базилика, положите их в ступку и продолжайте толочь. Затем добавьте тертый сыр и налейте немного оливкового масла.

2 **Получение соуса.** Добавьте еще некоторое количество оливкового масла, помешайте пестиком, пока соус не превратится в однородную, густую массу. Перед употреблением в пищу налейте в соус «песто» немного жидкости, в которой варились макаронные изделия.

Объемные макаронные изделия

Очень похожи на макаронные изделия по своему составу и способу приготовления клецки *(справа, внизу)* и объемная лапша из взбитого теста *(справа)*, которые подаются на стол с тем же набором соусов.

Взбитое тесто готовится из тех же ингредиентов, что и обыкновенное тесто для макаронных изделий — из муки, яиц и небольшого количества растительного масла,— но в него кладется больше яиц *(рецепт на стр. 118)*, отчего оно становится более жидким и его нельзя замешивать и раскатывать. Тесто формуется в процессе варки и остается такой формы, какую приобретает при опускании в кипящую воду. Так как при сильном кипении лапша может потерять форму, ее варят на медленном огне.

Чтобы получить из теста лапшу, его либо выдавливают из кондитерского мешка, либо пропускают через дырки в дуршлаге. Согласно другому способу приготовления, взбитое тесто делают несколько более твердым, добавляя больше муки, чем в первом случае. Тесто кладут на разделочную доску, отрезают тонкие полоски и ножом опускают их в едва кипящую воду *(рецепт на стр. 121)*. После того, как тесто приобрело форму лапши, его варят совсем недолго — минуту или меньше — до тех пор, пока оно не затвердеет. На иллюстрациях, представленных здесь, лапшу подают на стол под соусом из сливочного масла и толченых сухарей *(этап 4)*: хрустящие сухари контрастируют с нежной и мягкой лапшой.

Клецки можно приготовить из того же набора ингредиентов, что и макаронные изделия, также вы можете заменить часть муки или же вообще положить вместо муки манную крупу, кукурузную крупу, отварной или натертый на терке сырой картофель и для вкуса добавить немного сыра или же мелко нарезанного вареного шпината *(рецепт на стр. 142—145)*. На наших иллюстрациях для приготовления клецек было использовано пюре из отварного картофеля, в которое были добавлены яйца, немного муки и сливочное масло. Прежде чем приступить к варке, полученную смесь замешивают, затем делают из нее колбаски небольшого размера. Каждую колбаску нужно провести по зубцам вилки, чтобы придать ей форму клецки *(этап 3)*.

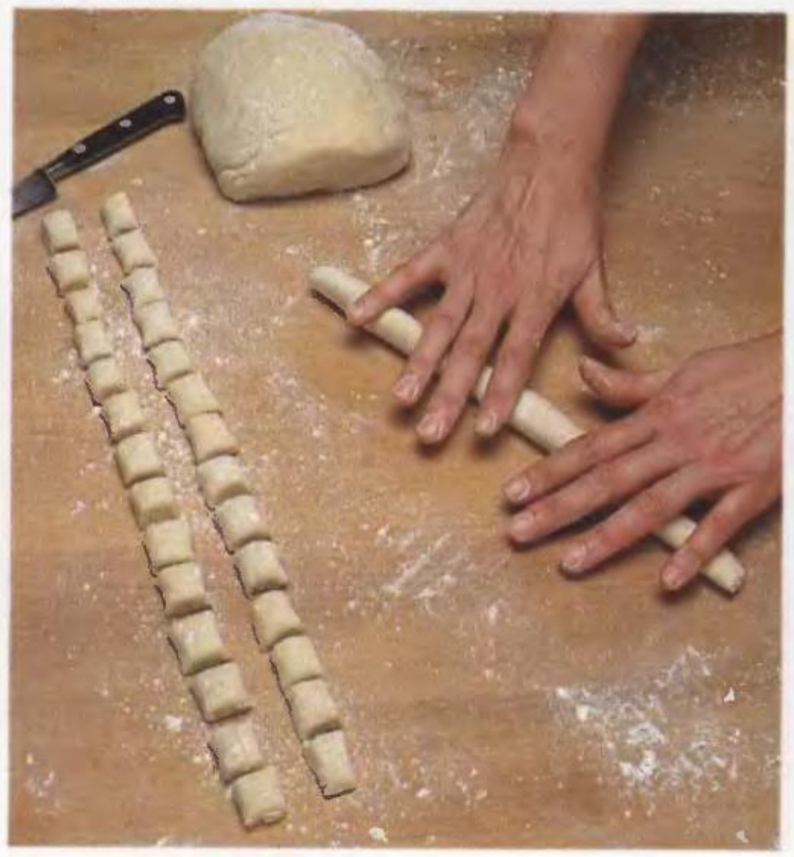
Чтобы клецки не слипались, их готовят в большом количестве воды при слабом кипении в самой большой кастрюле. Если у вас нет кастрюли минимум на 3,5 л жидкости, варите клецки по 20—30 штук; клецки большего размера нужно варить в меньшем количестве. Когда клецки попадают в слегка кипящую воду, они опускаются на дно кастрюли, когда же клецки готовы, они всплывают на поверхность.

Лапша из взбитого теста

1 **Взбивание теста венчиком.** Насыпьте в большую миску муки. В другую миску разбейте несколько яиц и налейте оливкового масла. Венчиком вбейте яйца и масло в муку *(см. рис. слева)*. Продолжайте взбивать тесто, пока оно не превратится в однородную массу и на поверхности не появятся пузырьки. Добавьте еще некоторое количество муки, чтобы масса стала густой, но в то же время продолжала стекать с венчика *(см. правый верхний рис.)*.

Как слепить и сварить картофельные клецки

1 **Приготовление картофельного пюре.** В соленой воде отварите картофель, слейте воду и почистите его. При помощи пестика пропустите картофель сквозь металлическое сито *(см. рис. вверху)*. Возьмите сливочное масло или сало и смешайте его с картофелем — оно без труда растопится в горячем картофеле. Затем добавьте муку, взбитые яйца, соль и перец. Все тщательно перемешайте. Если необходимо, положите еще немного муки, чтобы масса стала более густой.

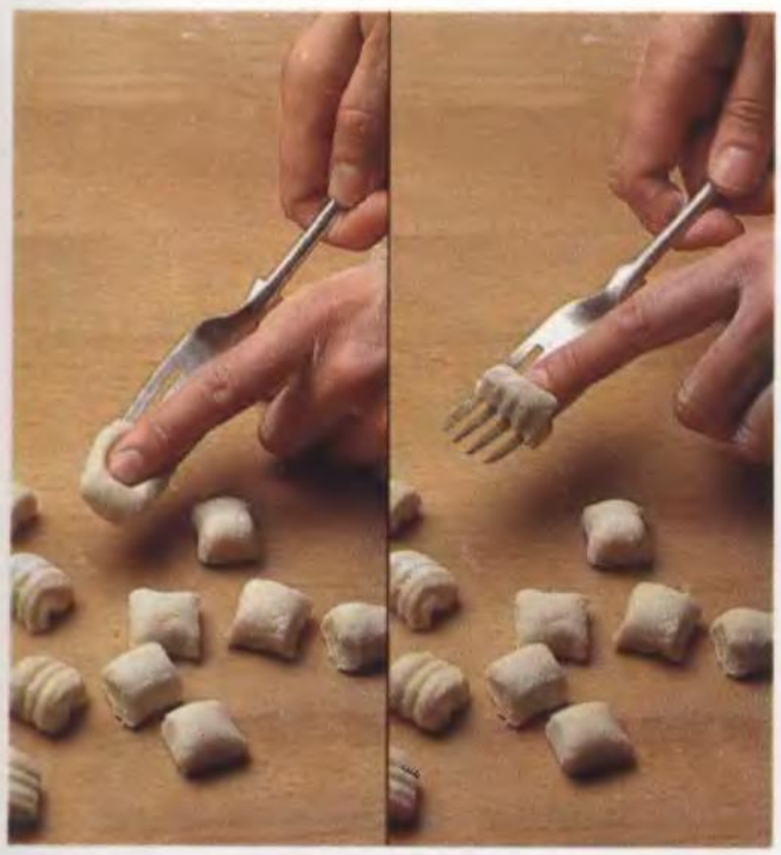


2 **Раскатывание теста.** Слегка замесите тесто в миске в течение приблизительно 2 мин. Затем разделите его на порции размером с кулак. На разделочной доске, посыпанной мукой, раскатайте из теста колбаски толщиной с палец *(см. рис. вверху)*. Разрежьте каждую колбаску на куски приблизительно 2,5 см длиной.

2 **Наполнение кондитерского мешка.** Наденьте на кондитерский мешок прямой наконечник. Чтобы тесто не вытекло, когда вы будете наполнять мешок, отверните наконечник в сторону и прижмите его к мешку. Выверните мешок и при помощи ложки наполните его нижнюю часть тестом. Затем заверните его назад и закрутите сверху, чтобы тесто не могло вытечь.

3 **Выдавливание лапши.** Зажав кондитерский мешок сверху рукой, начинайте осторожно давить на него, пока из наконечника не появится тесто. Выдавите приблизительно 7,5—12 см теста в слегка кипящую подсоленную воду. Накройте кастрюлю крышкой и варите лапшу 1 мин, пока вода снова не закипит.

4 **Подача лапши на стол.** Откиньте готовую лапшу на дуршлаг, слейте воду и переложите лапшу на предварительно нагретое сервировочное блюдо. В качестве соуса используйте обжаренные на сковороде в большом количестве сливочного масла хлебные крошки до приобретения ими золотистого цвета. Полейте растопленным маслом с крошками лапшу. ♦



3 **Придание клецкам формы.** Положите каждый кусочек теста на вилку. Надавите на него посередине пальцем *(см. рис. слева)*, придав клецке форму полумесяца. Затем еще раз проведите клецкой по зубцам вилки, чтобы они отпечатались на тесте *(см. рис. справа)*.

4 **Отваривание клецек.** Налейте в большую кастрюлю воды, посолите и доведите ее до кипения. Опустите клецки в воду и варите при слабом кипении, не накрывая крышкой, в течение приблизительно 3 мин, пока они не всплывут на поверхность. Откиньте готовые клецки на дуршлаг или выньте их из воды шумовкой *(см. рис. вверху)*. Затем переложите их на блюдо.

5 **Поливание клецек соусом.** Приготовьте соус — здесь мясной соус *(см. стр. 14)* — и полейте им горячие клецки *(см. рис. вверху)*. Клецки можно подавать на стол в таком виде или же посыпать соус тертым сыром и поставить блюдо в духовку, нагретую до 200° С, и запекать до тех пор, пока сыр не расплавится и не приобретет коричневатый цвет. ♦

Запекание с соусами и приправами

Несмотря на то что любые макаронные изделия можно полить соусом и запечь в духовке, большие полосы теста квадратной или прямоугольной формы, известные как лазаньи, специально предназначены для изготовления запеканок. Обычно из квадратов теста, края которых находят друг на друга, делают широкие пласты, затем раскладывают их в несколько слоев и заполняют пространство между слоями различными соусами, в результате чего получается блюдо, неоднородное по своему составу.

На приведенных ниже иллюстрациях сваренные пласты зеленой лазаньи чередуются с мясным соусом, белым соусом *(см. стр. 14)* и тертым сыром. Нижний слой лазаньи должен не просто покрывать дно противня, но также плотно закрывать все края и углы: это не даст начинке вытечь, а также украсит ваше блюдо. Когда все промежуточные слои лазаньи положены, оставшимся нижним слоем нужно обернуть блюдо по краям.

Для приготовления запеканки из лапши или любых других макаронных изделий небольшого размера их предварительно отваривают, а затем просто смешивают с соусом и перекладывают на противень. Если вы решили приготовить слоеное блюдо, вы можете разнообразить его вкус, добавив помидоры, грибы или ветчину. На следующей странице *(в рамке)* показано, как небольшие квадраты из теста заливаются яичными желтками, сметаной и топленым сливочным маслом, полученная смесь смягчается взбитыми белками и начиняется ломтиками ветчины *(см. рецепт на стр. 127)*.

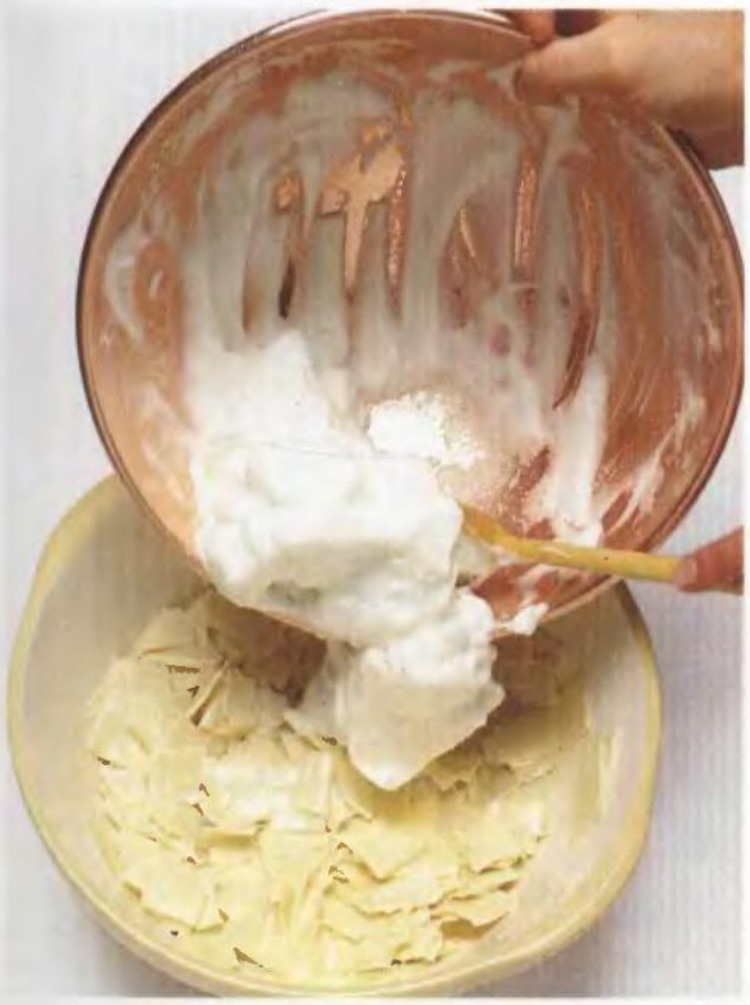
1 **Отваривание лазаньи.** Наполните водой большую кастрюлю и доведите до кипения. Бросьте в воду лазаньи — на иллюстрациях представлена зеленая лазанья, окрашенная при помощи шпината *(см. стр. 51)*. Одновременно кладите в воду несколько штук и варите их до готовности: 1,5—2 мин для свежеприготовленных лазаний и около 5 мин для сушеных изделий.

2 **Вынимаем лазаньи из воды и сушим их.** Широкой лопаткой выньте лазаньи из воды и на некоторое время положите их в миску с холодной водой, чтобы остановить процесс варки. Затем разложите лазаньи на салфетку сушиться *(см. рис. вверху)*. Следите, чтобы квадраты теста не соприкасались друг с другом, иначе они могут слипнуться.

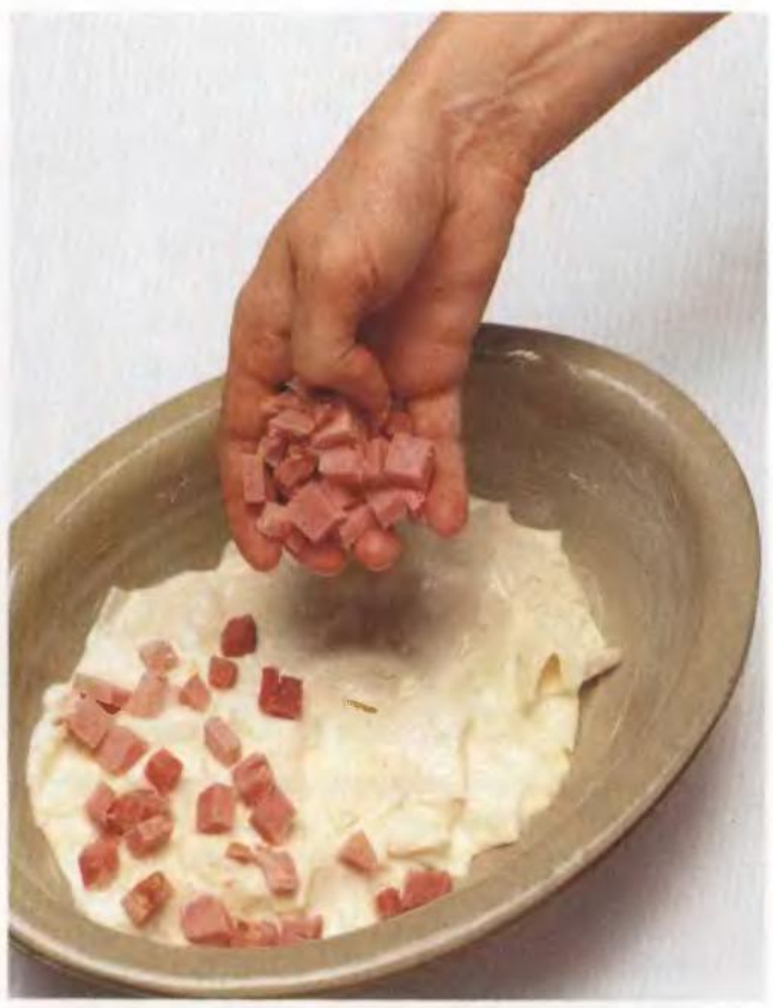
3 **Раскладывание лазаньи слоями.** Возьмите неглубокий противень, смажьте его сливочным маслом и покройте дно слоем мясного соуса *(см. стр. 14)*. Поверх соуса разложите пласты лазаний так, чтобы квадраты теста на 1 см находили друг на друга, а находящиеся с краев пласты свисали с противня *(см. рис. вверху)*. Закройте весь соус пластами лазаний.

4 **Добавление белого соуса.** Натрите на крупной терке «моццарелу» и на мелкой терке «пармезан», затем руками смешайте их вместе. Ложкой положите на пласты лазаний слой мясного соуса; покройте его слоем белого соуса *(см. стр. 14)*. Посыпьте белый соус сверху смесью «моццареллы» и «пармезана».

Слоеное блюдо с ветчиной

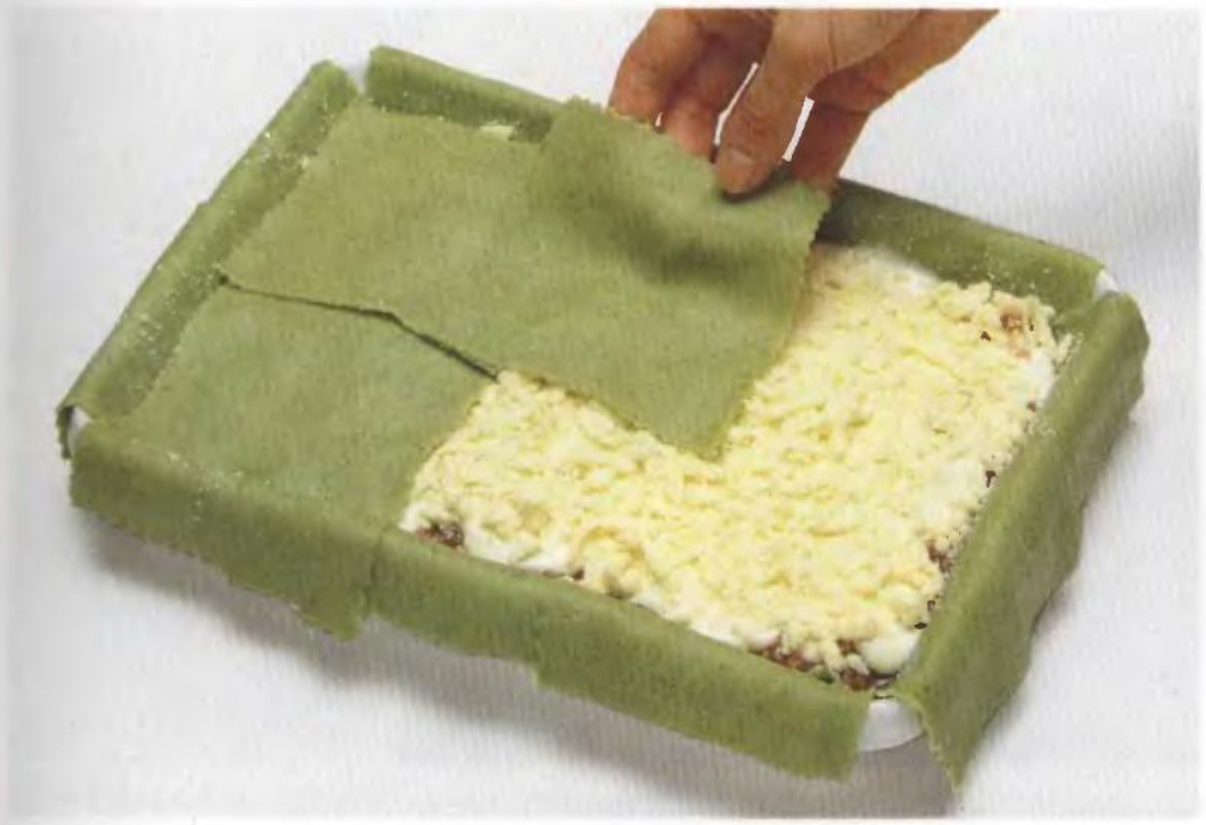


1 **Добавление яичных белков.** Сварите небольшие квадраты теста *(см. стр. 48)* в подсоленной воде. Слейте воду и остудите их, положив на некоторое время в миску с холодной водой. Возьмите яйца, отделите желтки и взбейте их вместе с топленым сливочным маслом и сметаной. Полейте смесью сваренные квадраты теста. Взбейте венчиком яичные белки, пока они не загустеют и не станут пениться, и затем добавьте их в миску с тестом, яичными желтками и сметаной *(см. рис. вверху)*.



2 **Добавление ветчины.** При помощи ложки осторожно обмажьте взбитыми белками квадраты теста. Положите один слой готовой смеси на дно противня, смазанного сливочным маслом. Сверху посыпьте его кубиками ветчины *(см. рис. вверху)*. Продолжайте раскладывать слои теста, чередующиеся со слоями ветчины, закончив блюдо слоем из теста.

3 **Приготовление блюда.** Поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 180° С, и запекайте в течение 1 ч. Верхний слой блюда должен приобрести золотистый цвет. Прежде чем подавать блюдо на стол, дайте ему постоять несколько минут, чтоб оно немного застыло.



5 **Раскладывание новых слоев.** Поверх сыра положите еще один слой лазаний, но на этот раз не нужно оставлять свисающие края *(см. рис. вверху)*. Положите еще несколько слоев мясного соуса, белого соуса и тертого сыра. Затем заверните оставленные пласты лазаний так, чтобы начинка была закрыта тестом по краям и по углам.

6 **Приготовление лазаньи.** Смажьте края блюда сливочным маслом и накройте его сверху листом фольги. Поставьте блюдо в духовку, нагретую до 180° С, и запекайте в течение 25 мин. Через 12 мин снимите фольгу, чтобы верхний слой блюда мог приобрести коричневый цвет. Перед подачей на стол оставьте блюдо на некоторое время охлаждаться при комнатной температуре, чтобы оно затвердело *(см. рис. вверху)*. ♦

Рулеты с начинкой: как накормить от двух до двадцати человек

Рулеты из теста с начинкой бывают любого размера — от больших цилиндров *(справа)* до довольно маленьких рулетиков, которые сами по себе представляют индивидуальные порции *(стр. 65, справа)*. Способ приготовления рулета зависит от его размера.

Большой рулет *(рецепт на стр. 140)* можно приготовить только из домашнего теста: готовые макаронные изделия не бывают таких больших размеров. Проще всего приготовить большой пласт теста вручную; тесто можно раскатать не слишком тонко, и тогда оно не будет рваться.

Раскатанное тесто кладется на большой кусок муслина и заполняется начинкой контрастного цвета. На наших иллюстрациях начинкой служит смесь мягкого сыра (или творога) со шпинатом *(см. стр. 52)*; также для рулета можно приготовить мясную начинку. Тесто и начинку нужно плотно скрутить, стараясь как можно меньше браться за тесто руками. Лучше всего просто приподнять ткань, на которой разложено тесто, за один конец, и тесто свернется в рулон.

Готовят рулеты больших размеров только одним способом: их варят в специальной посуде. Если бы вы решили запечь рулет в духовке, то прежде, чем начинить тесто и скрутить его в рулон, вам пришлось бы сначала сварить его до состояния мягкости, а такой большой пласт теста, вне всяких сомнений, развалился бы на куски в процессе варки. Поэтому для приготовления рулета большого размера тесто заворачивают в кусок муслина, чтобы оно сохранило свою форму во время варки. Из посуды лучше всего подходит судок для варки рыбы *(этап 5)*: судок снабжен специальной решеткой, при помощи которой вы легко сможете опустить и вынуть рулет из судка. Если у вас нет судка для варки рыбы, скатайте не такой длинный рулет, чтобы вынимать его из посуды при помощи двух лопаток.

Маленькие рулетики, называемые «каннеллони», можно приготовить и из домашнего теста, и из готовых макаронных изделий квадратной формы; большие трубки, которые встречаются в продаже под названием «каннеллони», также предназначены для изготовления макаронных изделий с начинкой, однако с ними работать труднее, чем с квадратными пластами теста. Из небольших квадратов теста и начинки очень просто вручную скатать рулет, не прибегая к помощи муслина. Рулетики обычно запекают в духовке: предварительная варка теста не составляет большой проблемы, а запекание теста дает возможность готовить рулетики с соусом — например, с белым соусом или томатным соусом, как показано на иллюстрациях.

Как начинить и сварить огромный лист теста

1 **Скатывание в рулон большого пласта теста.** Приготовьте, замесите и раскатайте пласт теста толщиной приблизительно 5 мм *(см. стр. 44)*. Возьмите большой кусок муслина и слегка посыпьте его мукой. Накрутите тесто на скалку, затем осторожно перенесите его на муслин и раскрутите *(см. рис. вверху)*.

2 **Распределение начинки.** Приготовьте начинку — здесь в качестве начинки используется смесь шпината и творога *(см. стр. 52)*, в которую добавлено немного нарезанной ветчины. Ложкой выложите начинку на пласт теста *(см. рис. вверху)* и разложите ее слоем в 1 см толщиной. Оставьте края приблизительно в 2,5 см.

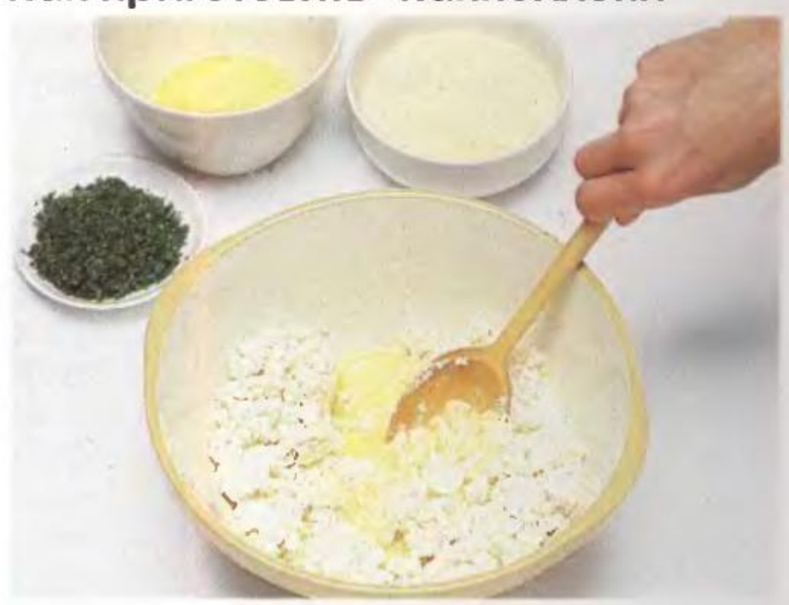
5 **Отваривание рулета.** Возьмите судок для варки рыбы и положите плотно завернутый в муслин рулет на решетку *(см. рис. вверху)*. Налейте в судок кипящей воды так, чтобы рулет был полностью погружен в нее. Зажгите на плите две конфорки, поставьте судок и варите рулет на медленном огне в течение приблизительно 40 мин. Затем поднимите решетку вверх и дайте воде стечь. Оставьте его на некоторое время остужаться — так его будет легче вынуть из посуды. Затем обрежьте веревки и разверните ткань *(см. вставку)*.

3 **Сворачивание рулета.** Приподнимите ткань за один конец так, чтобы край теста завернулся. Слегка потяните за муслин, чтобы пласт теста начал сворачиваться в рулон. Постоянно придерживайте тесто руками, чтобы рулет получился плотно скрученным. Оставьте рулет из теста лежать на муслине.

4 **Заворачивание рулета.** Заверните края теста вовнутрь так, чтобы начинка была хорошо закрыта со всех сторон. Оберните тесто муслином, чтобы рулет был плотно завернут в слои ткани. Завяжите веревкой ткань по краям, чтобы оба конца рулета были закрыты.

6 **Разрезание рулета на порции и подача на стол.** Достаньте рулет из муслина, переложите его на предварительно нагретое сервировочное блюдо и как можно быстрее подайте на стол. Возьмите острый нож, опустите его в холодную воду, чтобы к нему не прилипало тесто, и разрежьте рулет на части. Порции подайте на стол с соусом *(см. рис. вверху)* — мы использовали острый томатный соус *(см. стр. 15)* с листьями базилика. ♦

Как приготовить «каннеллони»



1 **Приготовление начинки.** Последовательно смешайте в миске взбитые яйца, яичные желтки и сыр «рикотта» (или творог), тщательно помешивая, чтобы получить однородную массу *(см. рис. вверху)*. Добавьте немного тертого «пармезана» и мелко нарезанной зелени петрушки. Положите соль, перец и мускатный орех.

2 **Сворачивание из теста рулетиков.** Сварите квадратные пласты теста и слейте воду. На каждый квадрат теста положите ломтик бекона. С краю положите начинку и сверните из теста небольшие рулетики. Смажьте их топленым сливочным маслом и положите на противень, также смазанный сливочным маслом.

3 **Подача рулетиков на стол.** Полейте рулетики томатным соусом и посыпьте тертым «пармезаном». Поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 190° С, на 20 мин. Первые 10 мин запекайте рулеты накрытыми листом фольги, чтобы они не стали слишком сухими. Готовые рулетики подаются на стол горячими *(см. рис. вверху)*. ♦

Жареная лапша с хрустящей золотистой корочкой

Лапшу, спагетти и все фигурные макаронные изделия небольшого размера, предварительно размягченные путем отваривания или вымачивания в воде, можно поджарить на сковороде, пока они не приобретут золотистый цвет и не станут хрустящими. Жареные макаронные изделия подают на стол в качестве гарнира к другим блюдам или в качестве составной части основного блюда, как показано на наших иллюстрациях, где китайскую яичную лапшу поджарили вместе с креветками, крабами и свининой на кунжутном масле с добавлением уксуса *(рецепт на стр. 124)*.

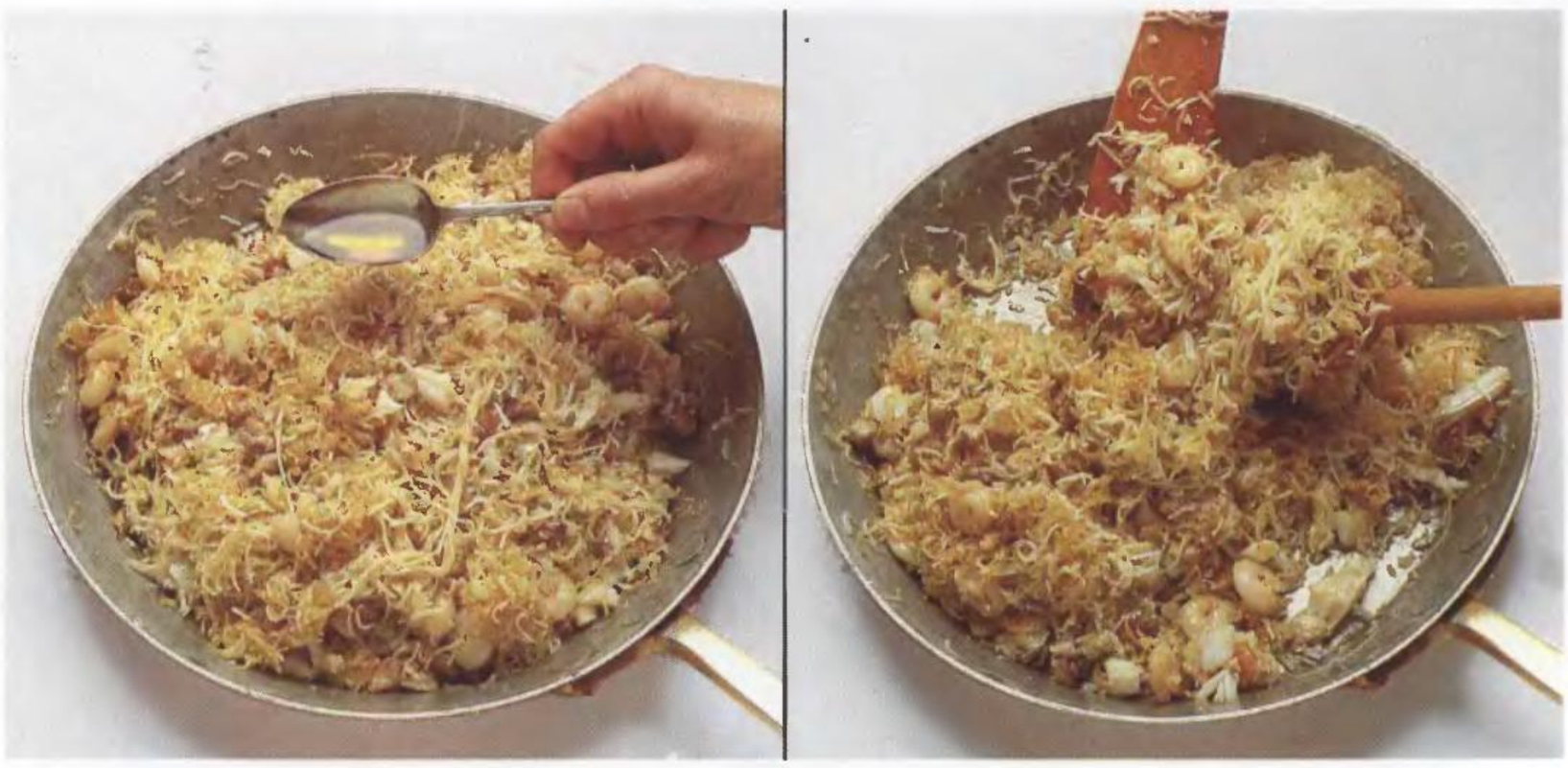
Макаронные изделия из пшеничной муки необходимо предварительно отваривать до тех пор, пока они не станут мягкими «на зубок», но остаются твердыми в середине. Время варки зависит от сорта макаронных изделий. Свежеприготовленная домашняя лапша готовится за несколько секунд — на самом деле, домашнюю лапшу иногда не варят, а сразу поджаривают на сковороде, и она составляет прекрасное блюдо вместе с вареными макаронными изделиями, заправленными сливочным маслом. Готовая тонкая лапша, которая использована здесь, варится приблизительно 3 мин, более толстые макаронные изделия могут готовиться 7—8 мин, пока не станут гибкими. Готовую рисовую лапшу не нужно варить: ее замачивают на 15 мин в холодной воде, после чего лапша становится достаточно мягкой, и ее можно жарить.

Прежде чем класть макаронные изделия на сковороду, их нужно откинуть на дуршлаг, оставить на некоторое время и подождать, пока стечет вся вода. В это время вы можете заняться приготовлением прочих ингредиентов. Для нашего блюда мы взяли небольшие кусочки свиной лопатки, предварительно очищенной от костей, мясо креветок и вареных крабов.

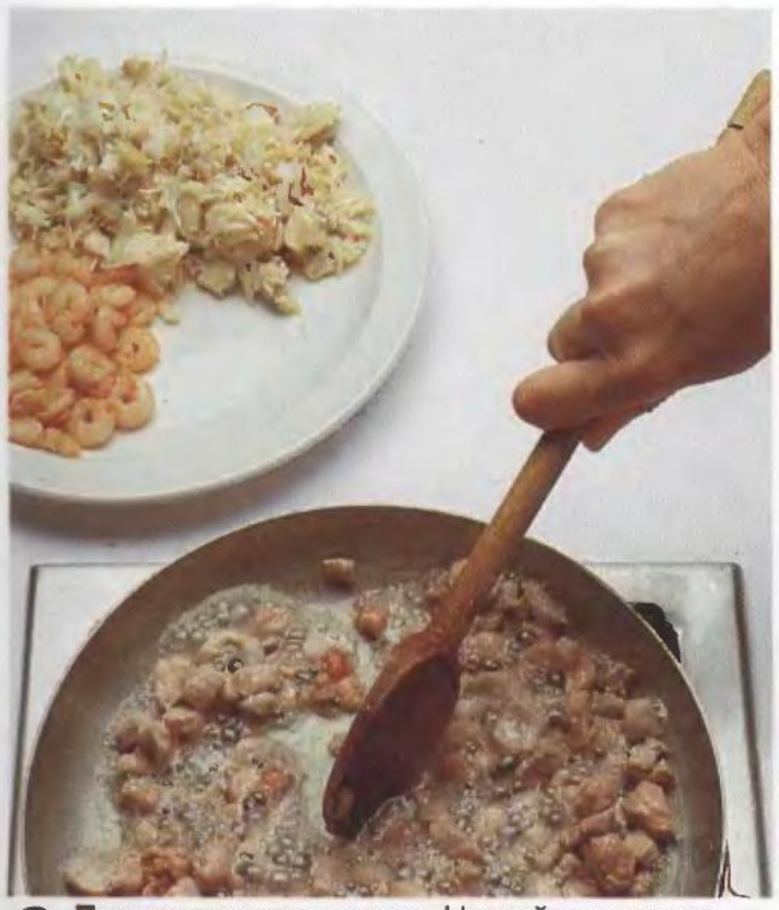
Свинину и морские продукты сначала жарят отдельно от лапши, так как непрерывное помешивание, необходимое для жарки этих продуктов, может повредить хрупкую лапшу. Когда придет время жарить лапшу, ее нужно осторожно переложить на сковороду при помощи деревянной ложки или лопатки, и поджарить, не переставая помешивать блюдо, чтобы лапша равномерно обжарилась и не прилипла ко дну и стенкам сковороды. Когда лапша приобретет золотистый цвет, ее смешивают с прочими ингредиентами, подогревают, солят и горячей подают на стол.

1 **Отваривание лапши.** Наполните большую кастрюлю водой, поставьте на сильный огонь и доведите до кипения. Опустите в кипящую воду лапшу. Поддерживайте сильное кипение: при постоянном движении воды лапша не слипнется и не прилипнет ко дну кастрюли.

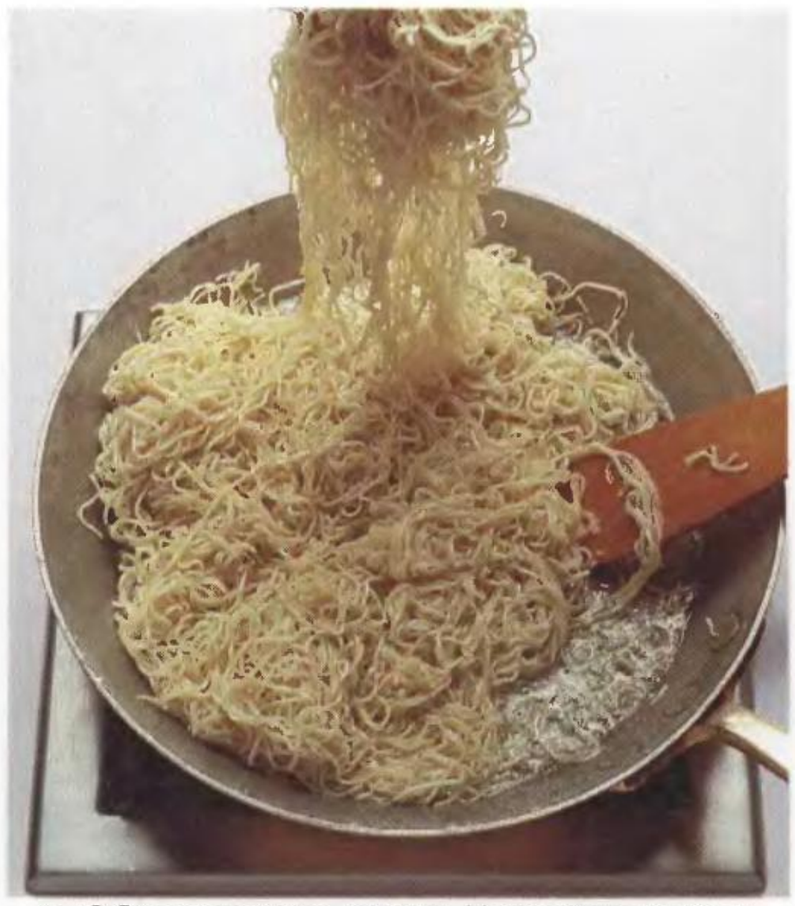
2 **Проверка лапши на готовность.** Варите лапшу в течение приблизительно 3 мин или до тех пор, пока она не станет мягкой на пробу; время от времени вынимайте лапшу из воды, чтобы определить, насколько она готова. Вареную лапшу откиньте на дуршлаг, промойте под холодной водой, чтобы остановить процесс приготовления, и отложите в сторону.



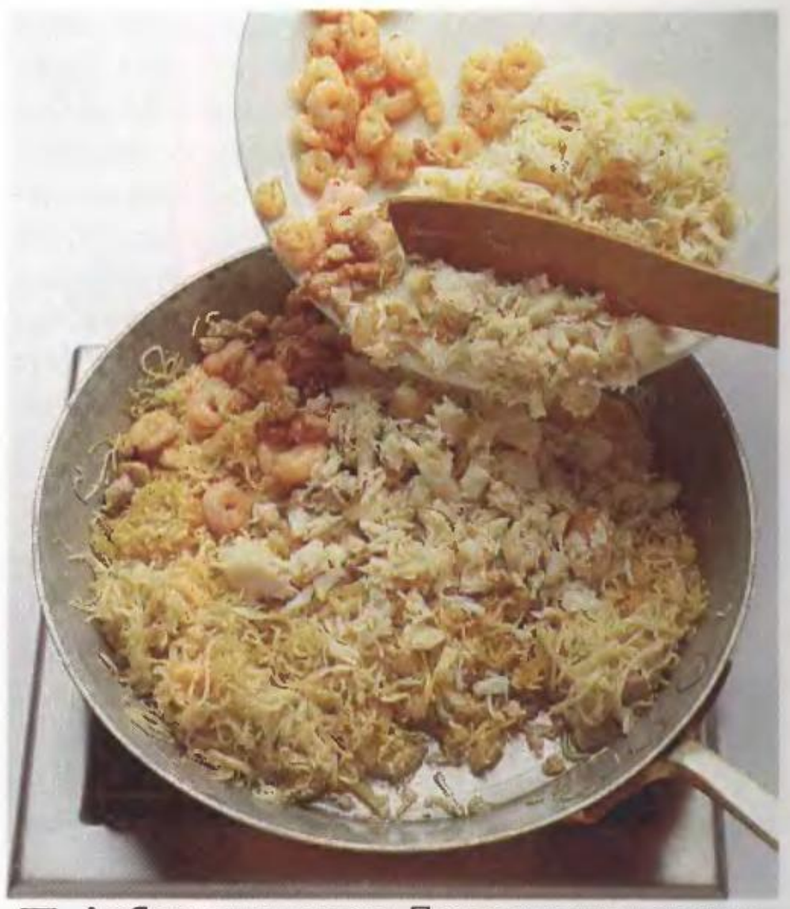
6 **Добавление специй.** Полейте содержимое сковороды кунжутным соусом *(см. рис. слева)*. Плесните немного уксуса, если необходимо, посолите. Быстро, но очень осторожно перемешайте ингредиенты, пока они полностью не пропитаются маслом *(см. рис. справа)* — кунжутное масло, слишком долго находящееся на горячей сковороде, теряет свой нежный, пикантный вкус.



3 **Приготовление мяса.** Налейте в сковороду растительное масло и нагрейте его. Обжарьте мясо креветок в течение 5 мин, пока оно не станет золотисто-коричневого цвета, затем выложите креветки на тарелку и отставьте в сторону. В течение 2 мин обжаривайте мясо вареных крабов, затем переложите его в тарелку с креветками и отложите в сторону. Положите на сковороду кусочки свинины. Жарьте мясо, постоянно помешивая и переворачивая *(см. рис. вверху)*, в течение приблизительно 10 мин или до тех пор, пока оно полностью не прожарится. Затем переложите свинину в тарелку.



4 **Обжаривание лапши.** Нагрейте на большой сковороде немного растительного масла. В шипящее масло положите вареную лапшу. Жарьте лапшу, помешивая деревянной лопаткой, в течение приблизительно 3 мин или же до тех пор, пока она не приобретет золотисто-коричневый цвет *(см. рис. вверху)*.



5 **Добавление мяса.** При помощи лопатки переложите крабов, креветок и свинину на сковороду с жареной лапшой. Осторожно смешайте все ингредиенты и жарьте их вместе в течение приблизительно 3 мин, время от времени помешивая, пока блюдо не разогреется.

7 **Подача блюда на стол.** Лапшу следует подавать на стол непосредственно после приготовления. Переложите ее при помощи деревянной лопатки и ложки на нагретое сервировочное блюдо *(см. рис. справа)* или же разложите по индивидуальным глубоким тарелкам, также предварительно нагретым. ♦

Макаронник из закрученных спиралью макарон

Из длинных макарон, разложенных спиралью в один слой, можно создать прекрасную оболочку для вкусной начинки. Макароны кладутся в смазанную сливочным маслом форму, которая одновременно поддерживает и макароны, и начинку в процессе приготовления блюда. Перед подачей на стол блюдо вынимают из формы. На иллюстрациях макароны были помещены в полусферическую форму, в результате чего готовое блюдо напоминает своим внешним видом осиное гнездо *(рис. на стр. 70, рецепт на стр. 132)*.

Макароны служат не только внешней оболочкой, но также составляют часть начинки. Оставшиеся от приготовления формы макароны можно нарезать на куски, смешать с кусками любого готового мяса, рыбой или овощами: например, можно использовать в качестве начинки жареную куриную печенку, рыбу или морские продукты под соусом. На иллюстрациях начинка приготовлена из макарон, телячьего «сладкого мяса» и густого соуса. «Сладкое мясо» — зобные или поджелудочные железы — требует предварительного приготовления: сначала его вымачивают в воде, чтобы удалить кровь, затем отваривают, режут на куски, кладут под пресс и, наконец, тушат с ароматическими овощами в вине. Жидкость, в которой тушилось мясо, закрепляют мукой и топленым сливочным маслом, в результате чего получается густой соус.

Чтобы укрепить форму из макарон и не дать макаронам раскрутиться в процессе приготовления макаронника, их покрывают слоем паштета. Паштет — пюре из сырого мяса, скрепленного яичными белками и сливками — затвердевает в процессе приготовления, прилипает ко внутренней стороне оболочки из макарон и образует своего рода стену, позволяющую макароннику сохранять форму даже будучи вынутым из металлической формы.

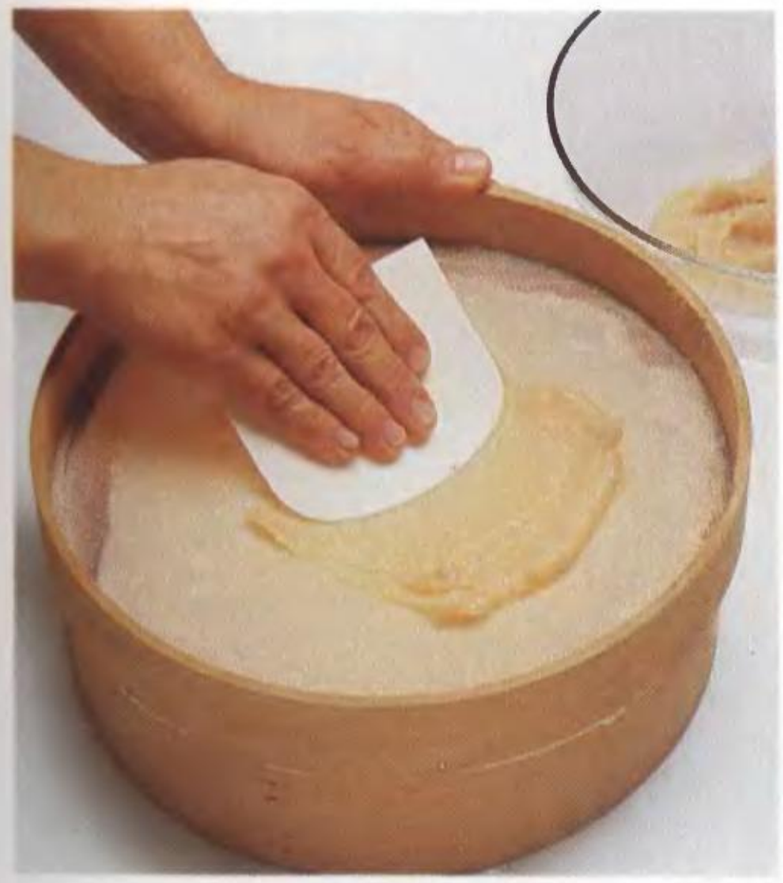
Куриный паштет, используемый для приготовления макаронника на наших иллюстрациях, хорошо сочетается с любой мясной начинкой, рыбный паштет, приготовленный из мерлана, мерлузы или щуки подходит к начинке из рыбы или морских продуктов. Соотношение мяса, яиц и сливок, взятых для приготовления паштета, может варьироваться, однако нужно придерживаться определенных границ: если положить больше сливок, паштет получится более нежным и жирным, но именно за счет яичных белков паштет твердеет в процессе приготовления макаронника. Поэтому старайтесь класть продукты в следующих пропорциях: одно большое яйцо и максимум 0,25 л жирных сливок на 250 г сырого мяса.

1 **Подготовка желез.** В миске с холодной водой замочите на 1 ч телячьи железы. Затем переложите их в кастрюлю и залейте сырой холодной водой. Доведите воду до кипения и 2 мин варите железы на медленном огне, затем слейте воду. Промойте мясо под холодной водой, чтобы остановить процесс приготовления. Удалите жир, хрящи и пленку.

2 **Закладывание желез под пресс.** Разложите вареные железы на салфетке. Сверху накройте их другой салфеткой *(см. рис. вверху)*. Поверх салфетки поместите разделочную доску, на которую положите груз. Оставьте железы лежать под прессом часа на 2, чтобы они затвердели.

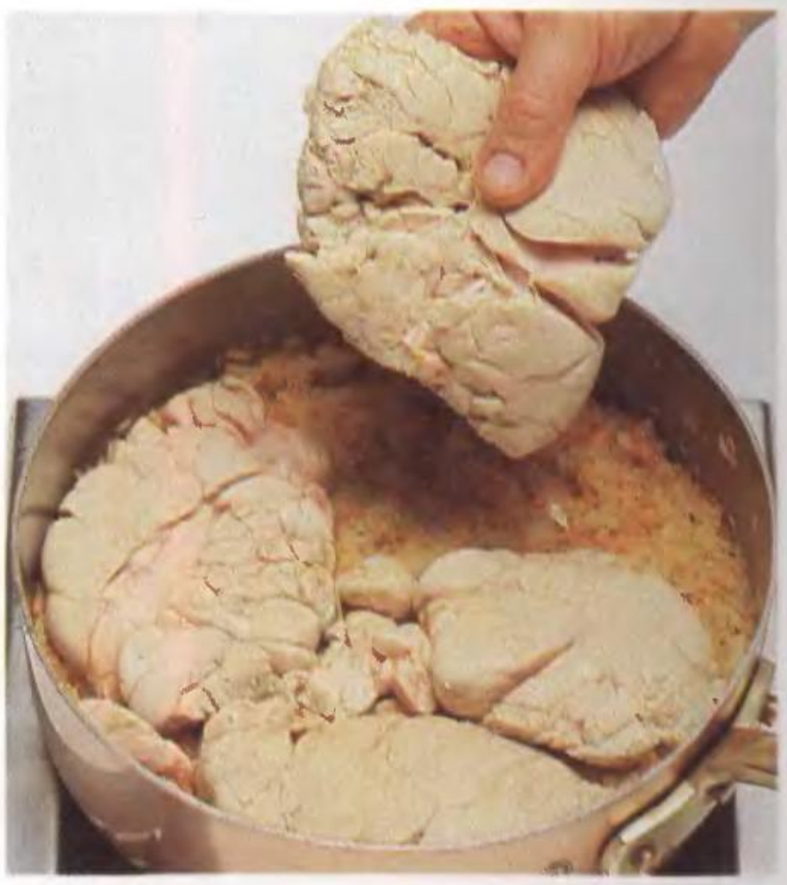
6 **Процеживание.** Выньте железы из сковороды и остудите. Остальное содержимое сковороды процедите через мелкое сито, установленное над миской. Пестиком растолките овощи так, чтобы не продавить их в миску, чтобы отделить сок и гущу *(см. рис. вверху)*. Оставьте овощи и зелень лежать в сите. Железы нарежьте на кусочки и отложите в сторону.

7 **Приготовление соуса.** В небольшой сковороде растопите немного сливочного масла и смешайте его с небольшим количеством муки. Не прекращая помешивать смесь, долейте в нее жидкость, оставшуюся после процеживания овощей. Подвиньте сковороду так, чтобы на огне стояла только одна половина, и готовьте соус в течение приблизительно 40 мин, пока количество жидкости не уменьшится вдвое. Снимайте жирную пленку, время от времени появляющуюся на поверхности.



3 **Измельчение сырого куриного мяса.** Возьмите куриную грудку, очистите мясо от костей и кожи и нарежьте его на мелкие кусочки. В кухонном комбайне измельчите мясо до состояния пюре, затем смешайте его с яичным белком. Чтобы пюре получилось без комков, пропустите его через мелкое сито *(см. рис. вверху)*. Переложите пюре в миску, находящуюся в посуде с кубиками льда; сверху накройте его куском полиэтилена.

4 **Добавление сливок.** Поставьте пюре охлаждаться в холодильник примерно на 1 ч. Затем медленно налейте в пюре сливки, пока оно не станет настолько мягким, что его можно будет без труда мешать. Оставшиеся сливки взбивайте венчиком до тех пор, пока они не загустеют, затем также добавьте их в пюре *(см. рис. вверху)*. Снова переложите паштет в миску, находящуюся в посуде со льдом.



5 **Тушение телячьих желез.** Мелко нарежьте морковь и репчатый лук. Обжарьте их на сливочном масле в течение 10 мин, предварительно посыпав зеленью. Затем разложите на сковороде в один слой телячьи железы *(см. рис. вверху)*. Полейте их белым вином и тушите до тех пор, пока они не ужарятся вдвое. Добавьте лавровый лист и залейте мясо густым бульоном. Накройте крышкой и готовьте в течение приблизительно 40 мин.

8 **Изготовление оболочки.** Наполните большую кастрюлю водой, посолите и доведите до кипения. Засыпьте длинные макароны и варите, пока они не станут мягкими «на зубок». Затем откиньте макароны на дуршлаг и дайте воде стечь. Разложите макароны на салфетке; убедитесь, что они не соприкасаются друг с другом, иначе они могут слипнуться. Возьмите полусферическую форму или металлическую миску и обильно смажьте ее изнутри сливочным маслом. Начиная из центра миски *(см. рис. вверху)*, выкладывайте макароны по спирали так, чтобы между ними не оставалось промежутков. Продолжайте выкладывать их, пока вся внутренняя поверхность миски не будет полностью покрыта слоем макарон *(см. вставку)*.

9 **Распределение паштета.** Положите форму в холодильник и охлаждайте до тех пор, пока сливочное масло не застынет и макароны не будут держать форму. Ложкой положите три четверти паштета в миску и равномерно распределите его по скрученным спиралью макаронам *(см. рис. вверху)*.

10 **Перемешивание начинки.** Нарежьте оставшиеся макароны на куски длиной 5 см. Положите их в большую миску вместе с нарезанными на куски железами. Добавьте соус в количестве, достаточном, чтобы получить однородную, вязкую массу *(см. рис. вверху)*, и перемешайте.

11 **Наполнение начинкой формы.** Наполните форму из макарон начинкой. Чтобы у вас не образовывалось никаких пустых промежутков, осторожно утрамбуйте начинку. Выровняйте начинку сверху и металлической лопаткой намажьте ее остатками паштета *(см. рис. вверху)*.

12 **Готовим блюдо.** Накройте слой паштета листом промасленного пергамента. На дно большой кастрюли положите подставку-решетку, на нее поставьте форму *(см. рис. вверху)* и наполните кастрюлю до половины водой. Поставьте блюдо в умеренно нагретую духовку — до 180° С — на 45 мин, затем выньте кастрюлю из духовки и достаньте из нее форму.

13 **Извлечение блюда из формы и подача его на стол.** Уберите пергамент и оставьте блюдо на 10 мин остывать. Накройте форму предварительно нагретой тарелкой. Переверните форму. Снимите форму с макаронника. Нарежьте его на куски *(см. рис. слева)*. Подайте на стол под томатным соусом *(см. стр. 15)*, в который для жирности добавьте немного сливок. ♦

Форма для начинки из нарезанных на куски овощей

В качестве формы для начинки можно использовать не только скрученные спиралью макароны, как показано на иллюстрациях на предыдущей странице, но также нарезанные на куски, а затем поджаренные на сковороде баклажаны. Они достаточно большие по размеру и гибкие, чтобы в них можно было завернуть начинку, и достаточно крепкие, чтобы блюдо могло сохранять форму. Из других овощей в качестве формы можно использовать только кабачки цукини, нарезанные на более узкие куски.

Так как основной вкус блюду придает именно форма, начинка может быть самая разнообразная. Начинки с тонким, изысканным вкусом, как, например, начинка из телячьих желез, используемая для макаронника, о котором рассказывалось на стр. 68, в данном случае не подходят. Начинка для блюда, представленного на приведенных ниже иллюстрациях, приготовлена из сваренных макарон — так называемых «перьев» *(penne)*,— овощей, сваренных вкрутую яиц и вареного мяса, залитых томатным соусом *(рецепт на стр. 128)*.

Прежде чем сделать из кусков баклажанов форму для начинки, их нужно приготовить. Для этого их короткое время обжаривают — баклажаны должны стать достаточно мягкими, чтобы из них можно было создать форму. На иллюстрациях, приведенных ниже, куски жареного баклажана обваляли в муке, обмакнули в сырое яйцо, смешанное с тертым сыром, и снова на некоторое время положили на сковороду, чтобы мука и яйца спеклись с баклажанами. Сыр придает баклажанам особый пикантный вкус, мука и взбитые яйца делают куски более крепкими и помогают им выдержать начинку.

Из баклажанов можно сделать маленькие формы, рассчитанные на индивидуальные порции, или же изготовить одну большую форму, как здесь. Чтобы украсить блюдо узором, баклажаны раскладываются по кругу *(этап 2)*. Когда начинка положена и закрыта сверху кусками баклажанов, остается лишь поставить блюдо в духовку и запекать довольно долгое время, чтобы оно успело пропитаться.

1 **Обжаривание баклажанов.** Разрежьте баклажаны вдоль. Обжарьте куски в оливковом масле на среднем огне. Когда они станут мягкими — приблизительно через 10 мин — выньте их из сковороды и положите сушиться на салфетку. Затем обваляйте куски баклажана в муке и обмакните в смесь из сырых яиц и тертого «пармезана». Снова положите баклажаны на сковороду и обжарьте еще раз.

2 **Изготовление из баклажанов формы.** Вырежьте из одного куска баклажана круг и положите его в центр глубокой миски. Возьмите три четверти оставшихся баклажанов и разложите их в миске по кругу так, чтобы один кусок баклажана находил на другой. Баклажаны должны полностью покрыть дно и края миски *(см. рис. вверху)*.

3 **Приготовление начинки.** Смешайте в миске предварительно сваренные короткие макароны («перья») с кусочками отварного языка, куриного белого мяса, жареных куриных потрохов и мелко нарубленным яйцом. Добавьте поджаренный колбасный фарш, вареные бобы и посыпьте все тертым сыром. Полейте смесь томатным соусом *(см. стр. 15)* и размешайте.

4 **Наполнение формы.** Наполните форму из баклажанов приготовленной начинкой *(см. рис. вверху)*. Разровняйте начинку и накройте ее оставшимися кусками баклажана, разложив их круговым узором так, чтобы края кусков находили друг на друга. Выступающие наружу концы подверните под куски баклажанов, закрывающие боковые стенки миски.

5 **Поливание соусом.** Возьмите ложку и полейте приготовленное блюдо томатным соусом. Затем посыпьте сверху тертым «пармезаном». Накройте блюдо фольгой и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 190° С, на 25—30 мин, чтобы начинка успела полностью приготовиться.

6 **Подача блюда на стол.** Выньте форму из духовки и оставьте на 10 минут охлаждаться. Затем снимите фольгу, переверните форму и выложите запеканку на сервировочное блюдо. Полейте томатным соусом вокруг запеканки *(см. рис. вверху)*. Запеканку подают на стол горячей. ♦

«Корзиночка» для пирога с макаронными изделиями

Если хрустящую «корзиночку» из слоеного теста наполнить нежной начинкой из макаронных изделий, может получиться замечательный пирог с неоднородной структурой и необыкновенным вкусом. Начинкой для пирога, показанного на наших иллюстрациях, служат макаронные изделия, окрашенные в разные цвета, которые сначала сварили, а затем полили сливками и для вкуса добавили в них тертый сыр и кубики ветчины. В качестве начинки могут выступать и более сложные по своему составу и способу приготовления смеси из макаронных изделий и мясных продуктов в соусе *(см. стр. 68—71)*, смесь из макаронных изделий и жареных грибов или же жареных овощей, например, цукини или артишоков. Если вы захотите, вы можете включить в свой пирог макаронные изделия с начинкой. Здесь, чтобы разнообразить вкус нашего пирога, мы положили в него лапшу *(см. стр. 54)* и «тортеллини», начиненные шпинатом.

Для приготовления «корзиночки» подходит любое тесто: и слоеное, и на сливочном, и на оливковом масле, как на наших иллюстрациях. На самом деле, тесто для кондитерских изделий делается из тех же ингредиентов, что и тесто для макаронных изделий — из муки, яиц и растительного масла *(рецепт на стр. 166)*; однако большее количество оливкового масла, которое кладется в тесто, делает его более рассыпчатым и придает ему особый нежный вкус.

Так как после приготовления пирог вынимают из посуды, в которой он готовился, тесто должно быть достаточно толстым, чтобы «корзиночка» могла стоять без помощи формы. Пирог запекают в специальной форме, боковые стенки которой отсоединяются ото дна в конце приготовления блюда *(этап 8)*.

Можно класть начинку в «корзиночку» из сырого теста, однако она получится более хрустящей, если приготовить ее отдельно, как на наших иллюстрациях, и только потом начинить. Если вы решили заранее приготовить форму, то вам нужно положить на дно для веса сухих бобов, чтобы тесто не пошло пузырями и «корзиночка» получилась ровной. Крышка для «корзиночки» готовится отдельно; ею накрывают пирог, когда начинка уже положена в форму, чтобы жидкая начинка из макаронных изделий в соусе не вытекала наружу.

1 Смешивание компонентов для теста. Просейте небольшое количество муки через сито и насыпьте муку в большую миску. Добавьте несколько яиц, посолите и полейте оливковым маслом. Добавьте немного теплой воды *(см. рис. вверху)* и вилкой перемешайте все ингредиенты, пока смесь не превратится в однородную массу.

5 Обрезание краев «корзиночки». Возьмите специальную жаростойкую посуду с отделяющимся дном и прикрепите боковые стенки ко дну. Смажьте ее оливковым маслом. Раскатайте из оставшегося теста большой круг. Осторожно накрутите раскатанное тесто на скалку и переложите его в посуду. Аккуратно расправьте тесто. Обрежьте тесто ножом, оставив края в 2,5 см *(см. рис. вверху)*.

6 Кладем на тесто груз. Заверните оставшиеся края, прижав тесто к краю посуды большим пальцем. Постелите на дно «корзиночки» из теста лист пергамента и доверху насыпьте в нее сухих бобов *(см. рис. вверху)*, чтобы при выпекании «корзинка» не теряла форму. Поставьте форму с «корзинкой» и крышкой к ней запекаться в духовку, нагретую до температуры 180° С, примерно на 15 мин (или же до тех пор, пока тесто слегка не поджарится). Потяните за бумагу и выньте бобы из «корзиночки», а затем снова поставьте ее на несколько минут в духовку, чтобы она подсохла.

2 **Замешивание теста.** Замесите тесто кулаками *(см. рис. вверху)*, если оно получилось вязким, слегка посыпьте его мукой. Слепите из теста шар и поставьте миску в теплое место, предварительно накрыв сверху тканью, приблизительно на 1 ч, чтобы тесто было проще раскатывать.

3 **Изготовление из теста крышки для «корзиночки».** Возьмите из миски чуть меньше половины теста. На ровной, посыпанной мукой поверхности раскатайте из теста круг. Затем положите в середину круга дно от специальной формы для приготовления кондитерских изделий. Обрежьте лишнее тесто ножом, оставив края в 2,5 см *(см. рис. вверху)*.

4 **Завершение приготовления крышки.** Снимите дно от кастрюли с теста. Чтобы крышка получилась менее хрупкой, сделайте ее по краям в два раза толще, чем в середине.Чтобы украсить крышку, сделайте край рифленым, проведя по нему ногтем большого пальца или зубьями вилки. Руками осторожно приподнимите раскатанное тесто и положите на смазанный жиром противень.

7 **Начинение «корзиночки».** Сварите отдельно «тортеллини» *(см. стр. 54)* и лапшу зеленого, оранжевого и желтого цветов *(см. стр. 51)*, пока она не станет готова «на зубок». Слейте воду и смешайте макаронные изделия с жирными сливками и кубиками ветчины. Положите начинку из макаронных изделий в «корзиночку» из теста, обильно посыпьте сверху тертым «пармезаном» и добавьте еще сливок. Смажьте края «корзиночки» и крышки оливковым маслом, чтобы они стали темно-золотистого цвета. Накройте «корзиночку» крышкой *(см. вставку)*. Поставьте пирог в духовку, предварительно нагретую до 180° С, приблизительно на 20 мин.

8 **Подача пирога на стол.** Когда крышка станет густого золотисто-коричневого цвета, выньте пирог из плиты. Снимите крышку. Откройте замки, прикрепляющие боковые стенки посуды ко дну и снимите их *(см. рис. вверху)*. Возьмите дно в руки и переложите «корзиночку» на сервировочное блюдо. Перед подачей на стол накройте пирог крышкой, но снимите ее перед тем, как нарезать его на порции. ♦

Необычное суфле из теста

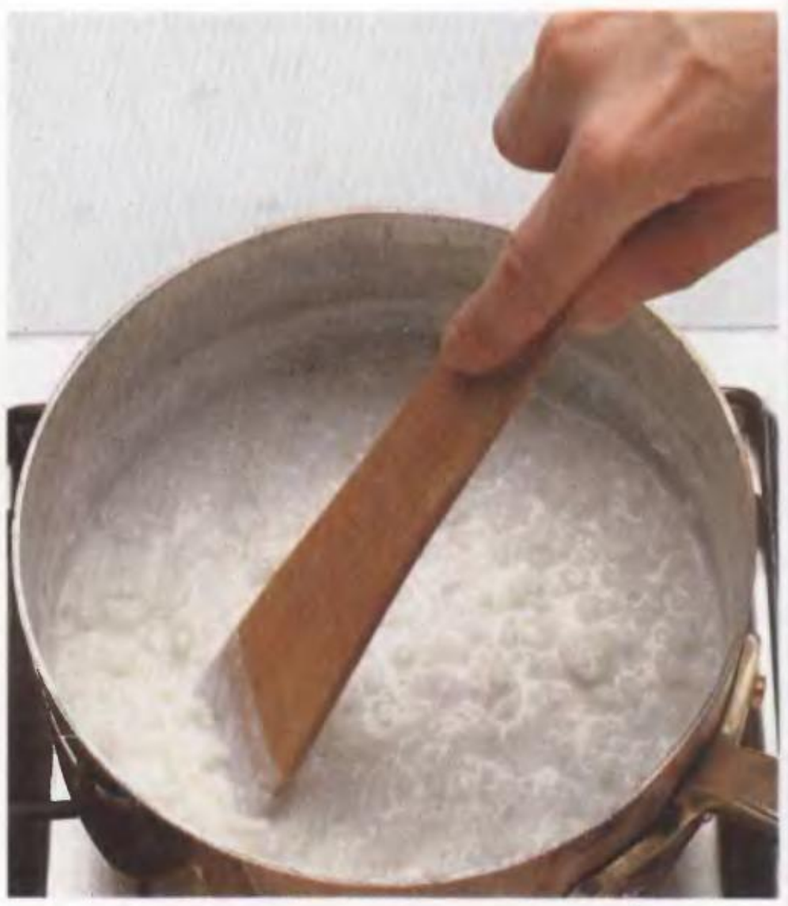
Домашние хлопья из теста *(см. стр. 44)* могут служить основой для приготовления необычного и очень вкусного суфле. Обычно суфле готовят на основе белого соуса *(см. стр. 14)*, в который добавляют яичные желтки, кладут наполнитель и, наконец, делают воздушным при помощи взбитых яичных белков. Однако благодаря тому, что натертое на терке и сваренное в молоке тесто, разваривается до состояния густой однородной массы, его можно использовать для приготовления суфле вместо белого соуса. Хлопья из теста сохраняют форму в процессе варки, и суфле получается неоднородным по своему составу, что придает ему особую изысканность.

На иллюстрациях тесто для суфле приготовлено без наполнителя: тесто натерли на терке, смешали с яичными желтками, затем в смесь добавили взбитые яичные белки и выложили в специальную посуду, а середину заполнили наполнителем. Наполнителем в данном случае служит измельченное в мясорубке и поджаренное телячье легкое *(рецепт на стр. 133)*, однако вы можете использовать в качестве начинки кусочки любого мяса, политые соусом, а также слегка отваренные, нарубленные или превращенные в пюре овощи, например, горох или грибы.

Сверху начинка покрывается слоем сметаны, который смягчает пикантный вкус жареного легкого. По мере того как суфле готовится в духовке, оно частично пропитывается сметаной, а его поверхность слегка поджаривается и приобретает золотисто-коричневый оттенок.

Для приготовления более классических видов суфле можно использовать другие сорта макаронных изделий, но только в качестве возможной добавки к основному тесту. На следующей странице *(см. рис. в рамке)* показано, как можно разнообразить обыкновенное суфле, приготовленное на основе белого соуса, добавив в него свежеприготовленную тонкую зеленую лапшу, смешанную с тертым сыром и кубиками ветчины *(рецепт на стр. 134)*. Последний этап в приготовлении суфле — добавление в тесто взбитых яичных белков. Поскольку взбитые белки не могут долго находиться во взбитом состоянии, суфле необходимо ставить в горячую духовку сразу после того, как вы добавите в тесто белки. Вам заранее нужно нагреть духовку и смазать форму маслом. Если соблюдать эти правила, суфле хорошо поднимется.

1 **Поджаривание фарша из телячьего легкого.** Отварите телячье легкое в воде в течение приблизительно 30 мин и дайте ему остыть. Нарежьте легкое на большие куски и прокрутите их в мясорубке со средними ножами. Положите на сковороду немного сала и растопите его, затем поджарьте на сале фарш вместе с нарубленным репчатым луком. Выключите огонь, свяжите смесь, добавив в нее слегка взбитые яйца.



2 **Помешивание хлопьев из теста.** Приготовьте крутое тесто и натрите его на терке *(см. стр. 44)*. Засыпьте полученные хлопья в кипящее молоко и варите на медленном огне приблизительно 30 мин, непрерывно помешивая, до тех пор, пока большая часть молока не впитается в тесто.

3 **Добавление яичных желтков.** Насыпьте в тесто мелко нарезанную зелень петрушки и перемешайте. Отделите яичные белки от желтков. Выключите огонь, вылейте желтки в тесто и тщательно перемешайте смесь деревянной ложкой.

4 **Добавление взбитых белков.** В медной посуде взбейте венчиком яичные белки, пока они не превратятся в густую пену. Чтобы сделать тесто более жидким, положите в него большую ложку взбитых белков и перемешайте. Затем добавьте тесто в оставшиеся взбитые белки и деревянной лопаткой аккуратными, но быстрыми движениями перемешайте массу так, чтобы взбитые белки не осели.

Суфле с зеленой лапшой: необычный цвет и особый пикантный вкус

1 **Добавление вкусовых добавок.** Отварите домашнюю зеленую лапшу в течение 20 сек и процедите ее. Деревянной ложкой смешайте яичные желтки с белым соусом *(см. стр. 14)*. Добавьте в смесь нарезанную на кубики ветчину, тертый «пармезан» и лапшу. Посолите соус, положите свежемолотый перец и тертый мускатный орех.

2 **Добавление яичных белков.** В медной посуде взбейте венчиком яичные белки, пока они не превратятся в пену. Смешайте небольшое количество белков с соусом, чтобы сделать его более жидким и воздушным. Переложите соус в посуду с оставшимися белками, перемешайте массу быстрыми, но аккуратными движениями, чтобы не повредить лапшу.

3 **Подача суфле на стол.** Смажьте сливочным маслом форму для приготовления суфле. Ложкой переложите суфле в форму. Поставьте суфле запекаться в духовку, предварительно нагретую до температуры 190° С, приблизительно на 40 мин. Выньте суфле из духовки, когда убедитесь, что поверхность стала темно-коричневого цвета *(см. рис. вверху)*, и сразу же подайте суфле на стол.

5 **Добавление сметаны.** Переложите суфле на противень, обильно смазанный жиром. Посередине поместите жареное телячье легкое: мясо должно опуститься на дно посуды под собственным весом. Сверху покройте суфле толстым слоем сметаны. Поставьте суфле в духовку, предварительно нагретую до температуры 190° С.

6 **Подача готового суфле на стол.** Суфле будет полностью готово приблизительно через 40 мин после того, как вы поставили его в духовку: оно должно хорошо подняться и приобрести золотистый цвет. Для подачи на стол используйте большую ложку; каждая порция должна состоять из мясной начинки и легкого, воздушного суфле *(см. рис. справа)*. ♦

4

Блюда из бобовых

Длительная варка на медленном огне для сочности

Способы замачивания и отваривания бобовых

Пюре

Как приготовить «касуле»

Печеная фасоль с приправами

Бобовые культуры, разные по своему внешнему виду, форме и вкусу, предоставляют широкое поле деятельности для каждого, кто берется готовить из них блюда. Они не требуют сложного приготовления: например, сливочного или оливкового масла вполне достаточно, чтобы заправить пюре из фасоли или чечевицы. Их можно комбинировать с крупами: бобовые с рисом *(рецепт на стр. 163)* — одно из самых распространенных блюд, в котором красная, черная или бежевая фасоль контрастирует с белыми зернами риса, представляя собой весьма аппетитную картину. Или для любителей более тяжелой пищи их можно приготовить с мясом. Традиционно бобовые принимали в пищу вместе с соленой свининой — большей частью потому, что до появления холодильников зимой редко можно было найти в кладовых что-нибудь еще. Однако блюда из бобовых и свежего мяса ничуть не менее вкусны: мучнистая структура бобовых делает их прекрасной основой для блюд из жирного мяса, для которых можно использовать и сырое мясо, и готовые мясные продукты.

Независимо от того, какое блюдо будет приготовлено, большинство бобовых нуждаются в длительном приготовлении, которому, как правило, предшествует замачивание: бобы должны восстановить жидкость, которую они потеряли во время сушки. Чтобы не повредить бобы в процессе варки, их готовят на медленном огне, практически не помешивая. Но даже при таком осторожном обращении треснутые бобы превращаются во время варки в кашу. Поэтому в этом случае лучше всего сделать из них пюре. На самом деле, любые бобовые можно мелко истолочь в пюре или же размять в ступке при помощи пестика и слепить из них лепешки *(см. стр. 81)*. Мука из бобовых открывает новые возможности для творчества: ее разводят водой или молоком и получают густую массу, которую можно нарезать на формы и поджарить их на сковородке *(рецепт на стр. 155)* или же пожарить или запечь в духовке под соусом, как поленту *(см. стр. 40)*.

Если вы решили подать бобовые на гарнир к мясу, то лучше приготовить их отдельно, чтобы аромат бобов не пропитался ароматом мяса и гармонично оттенял его. В то же время бобовые, приготовленные вместе с мясом, являются замечательным горячим главным блюдом, если их длительное время запекать под крышкой в слабо нагретой духовке *(см. стр. 78 и стр. 86)* или сначала отварить, а затем запечь, не накрывая крышкой, чтобы сверху образовалась хрустящая корочка, как в известном всем блюде под названием «касуле» *(см. стр. 82)*. «Касуле» — самое знаменитое и самое сложное блюдо из бобовых. Важное значение имеет каждая секунда приготовления, которое длится довольно долго. В состав «касуле» входят самые разные сорта мяса — гусиное, утиное или мясо дичи, молодая баранина и колбаса или сосиски; как правило, в него обязательно кладут свиную кожу и свиные ножки, в которых содержится много желатина и которые придают блюду жирность. Фасоль раскладывают слоями между мясом и готовят до тех пор, пока она почти полностью не разварится и не станет необычайно сочной и вкусной.

Столовая ложка мелассы заливается в посуду с красной фасолью, приготовленной с приправами — сухой горчицей, бастром (желтым сахарным песком) и солью. Фасоль должна быть все время покрыта водой, чтобы бобы не пересохли во время длительного и довольно медленного процесса приготовления блюда в духовке.

Варка на сильном огне: самый простой способ приготовления бобовых

Самый простой способ приготовить бобовые — сварить их на медленном огне, приправив по вашему желанию зеленью или овощами. Когда бобовые сварятся, их можно заправить сливочным или оливковым маслом или подать на стол с гарниром. На иллюстрациях фасоль «с глазками» подают с гарниром из жареных помидоров, зелени петрушки и чеснока.

Прежде чем начать готовить бобовые, их нужно высыпать на большой поднос или противень и перебрать, удалив весь мусор. Когда вы убедитесь, что бобы очищены от посторонних элементов, промойте их под струей холодной воды.

Большинство сортов бобовых необходимо после промывания замочить в воде, чтобы бобы впитали в себя жидкость и набухли. Бобам большого размера и гороху требуется минимум 8 ч, менее крупным бобам хватает и 1 ч. На вымачивание бобовых, у которых удалена жесткая внешняя оболочка, задерживающая проникновение воды внутрь боба, тратится гораздо меньше времени; чечевица вообще не нуждается в вымачивании.

В таблице справа дано приблизительное время вымачивания бобовых в холодной воде, приведенных на стр. 12—13. Если вы вымачиваете бобовые в горячей воде *(этап 1, внизу)*, бобам потребуется меньше времени, чтобы разбухнуть. Оба способа приводят к одинаковым результатам. Чтобы несколько сократить время вымачивания, положите в воду щепотку соды.

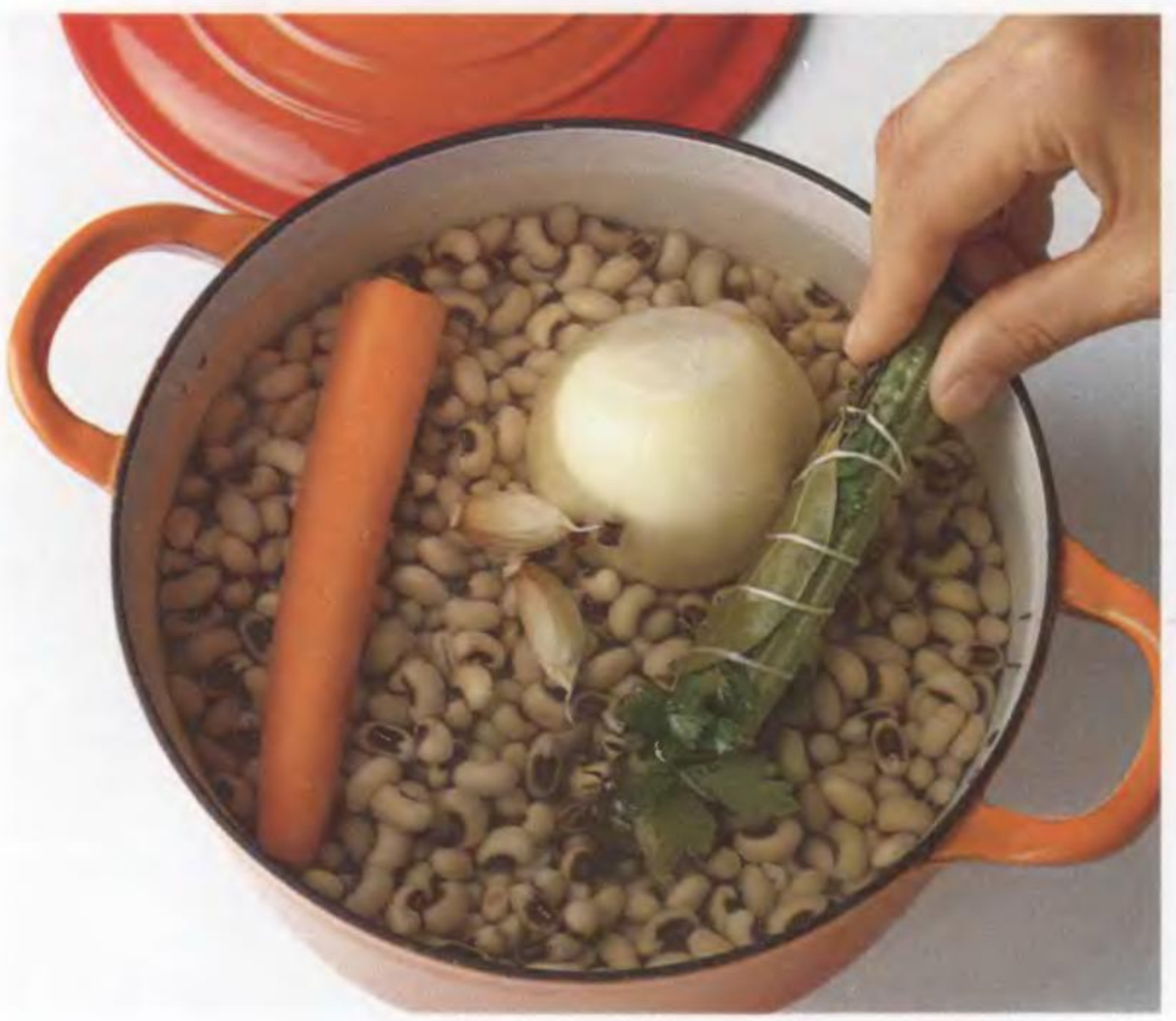
Бобы растений семейства фасолей, особенно красная и черная фасоль, содержат опасные для человека токсины, которые распадаются в процессе варки в кипящей воде. Поэтому после вымачивания их нужно некоторое время варить при сильном кипении при температуре 100° С. В таблице приведено примерное время варки различных видов бобовых; точное время зависит от сорта бобовых и от того, как долго они хранились, а также от того, какое блюдо вы собираетесь готовить: согласно некоторым рецептам, бобы нужно варить еще целый час после того, как они стали мягкими, чтобы они превратились в густую массу.

Время варки значительно увеличится, если вода, в которой готовятся бобовые, содержит минеральные вещества, в частности соли. Повара, живущие в регионах с жесткой водой, добавляют в воду щепотку питьевой соды. Но соду можно использовать только для вымачивания: в процессе варки она разлагается под воздействием веществ, содержащихся в бобовых. Так или иначе, добавляйте соду в воду только после того, как бобы станут мягкими. Продукты, содержащие кислоты, например помидоры, замедляют процесс варки, и поэтому их тоже кладут в последнюю очередь.

Время замачивания и варки некоторых видов бобовых

Бобовые	Время замачивания в холодной воде	Время варки
Адзуки	1 ч	1—1,5 ч
Черная фасоль	7—8 ч	1—2 ч
Пятнистый горох с «глазками»	7—8 ч	1—1,5 ч
Фасоль «борлотти»	7—8 ч	1—2 ч
Широкие бобы	7—8 ч	1—2 ч
«Масляная» фасоль	7—8 ч	1—2 ч
Фасоль «Каннеллини»	7—8 ч	1—2 ч
«Куриный горошек»	7—8 ч	1,5—3 ч
Коричневая Датская фасоль	7—8 ч	1—2 ч
Полевые бобы	7—8 ч	1—2 ч
Фасоль «флажоле»	7—8 ч	1—2 ч
Белая фасоль	7—8 ч	1—2 ч
Чечевица:		
мелкозеренная	—	1 ч
большая бежевая	—	1 ч
красная	—	20—30 мин
Маи	1 ч	45—60 мин
Горох:		
зеленый или желтый:		
нелущеный	7—8 ч	1—1,5 ч
лущеный	1 ч	45—60 мин
«Голубиный горошек»	7—8 ч	45—60 мин
Пятнистая крапчатая фасоль	7—8 ч	1—2 ч
Красная фасоль	7—8 ч	1—2 ч
Соя	7—8 ч	45-60 мин

1 **Вымачивание бобовых.** Переберите и промойте бобовые. Насыпьте фасоль в большую кастрюлю и залейте приблизительно двойным объемом холодной воды. Поставьте на медленный огонь и доведите воду до кипения: медленное закипание и варка при слабом кипении позволят бобам равномерно размягчиться. Выключите плиту и оставьте бобы вымачиваться в воде в течение приблизительно 1 ч. Затем откиньте бобы на дуршлаг и слейте воду.



2 **Добавление ароматических трав и овощей.** Снова положите бобы в кастрюлю и залейте их минимум двойным объемом сырой воды. Сверху положите луковицу, в которую воткните 1—2 сушеные гвоздики, несколько очищенных зубчиков чеснока и морковь. Свяжите в пучок петрушку, тимьян, лавровый лист и веточку сельдерея; положите пучок в воду.

3 **Отваривание фасоли.** Доведите воду до кипения и убавьте огонь — пусть фасоль едва кипит. Накройте кастрюлю крышкой и готовьте фасоль в течение приблизительно 1,5 ч, пока она не станет мягкой на пробу. Время от времени открывайте крышку и следите, чтобы воды в кастрюле было достаточно. Когда фасоль готова, выньте зелень и овощи; посолите по вкусу.

4 **Подготовка гарнира.** Возьмите помидоры, удалите кожицу и семена, нарежьте их на большие куски, положите на сковороду и жарьте на сливочном масле, пока они полностью не пропитаются маслом; добавьте соль и перец. Откиньте вареную фасоль на дуршлаг и переложите ее на предварительно нагретое сервировочное блюдо. По краям разложите жареные помидоры *(см. рис. вверху)*.

5 **Подача блюда на стол.** Мелко нарежьте зубчики чеснока или растолките их в ступке при помощи пестика. Мелко нарубите большой пучок петрушки и смешайте зелень с чесноком. Посыпьте приготовленной смесью бобы и помидоры и подайте блюдо на стол *(см. рис. слева)*. ♦

Запеканка из бобов

Из мягкой мякоти вареных бобовых, смешанной со сливочным маслом или любым другим жиром, получится превосходное пюре, если бобы разварить в воде на сильном огне или же превратить уже вареные бобы в густую массу, протерев через сито.

Для приготовления простейшего пюре не нужно очищать бобы от кожицы. На иллюстрациях справа *(рецепт на стр. 156)* вареную красную фасоль небольшими порциями добавляют на большую сковороду с жареным луком. Туда же наливают немного жидкости, в которой она была сварена, чтобы фасоль не пригорела в процессе жарки, а затем горячую фасоль измельчают до состояния пюре при помощи деревянного пестика. Можно подать на стол жидкое пюре, а можно жарить его до тех пор, пока оно не затвердеет, и подать на стол в виде запеканки, как сделали мы; в большой сковороде жидкость выкипит очень быстро.

Настоящее пюре лучше всего готовить в два этапа: сначала вареные бобы измельчают до состояния густой массы при помощи ручной мельницы — когда масса станет слишком сухой и густой и вам будет трудно крутить ручку мельницы, вы можете подлить немного жидкости, в которой варились бобы.

Затем полученную массу протирают через сито, чтобы отделить мякоть от жесткой кожицы. (При приготовлении пюре из бобовых, у которых уже удалена внешняя оболочка, таких, как лущеный зеленый горох, второй этап можно опустить.)

Пюре из чечевицы, представленное на наших иллюстрациях *(см. стр. 81, в рамке)*, нужно подавать на стол, предварительно заправив сливочным маслом — масло не только связывает пюре, но и великолепно сочетается со вкусом чечевицы. Пюре, приготовленные из более мягких видов бобовых, таких, как лущеный горох, можно разнообразить, если добавить немного мелко нарубленного репчатого лука или чеснока или приготовить из него пудинг, смешав с яйцом и припустив на пару *(рецепт на стр. 157)*.

1 **Обжаривание бобов с репчатым луком.** Возьмите бобы и варите их на медленном огне до тех пор, пока они не станут мягкими *(см. стр. 78)*. В большой широкой сковороде растопите небольшое количества сала. Мелко нарубите репчатый лук. Поджарьте лук на медленном огне, пока он не станет мягким. Положите на сковороду полный половник вареной фасоли и налейте немного жидкости, в которой она была сварена.

2 **Толчение бобов.** Увеличьте огонь, чтобы жидкость закипела. Поддерживайте кипение. Пестиком растолките фасоль *(см. рис. вверху)*. Продолжайте толочь, пока фасоль не превратится в пюре.

3 **Добавление бобов в сковороду.** Добавьте еще один половник фасоли вместе с жидкостью, в которой она варилась *(см. рис. вверху)*. Продолжайте добавлять фасоль на сковороду и толочь ее, пока вся фасоль не будет превращена в густую неоднородную массу. Вы можете подать пюре на стол или же продолжить жарить до тех пор, пока оно не затвердеет и не превратится в запеканку *(см. дальнейшие этапы)*.

Пюре из чечевицы на сливочном масле

1 **Крупное перемалывание чечевицы.** Сварите чечевицу с зеленью и ароматическим овощами *(см. стр. 78)*. Откиньте на дуршлаг и слейте воду в отдельную посуду. Возьмите ручную мельницу, установите ее над миской, поставьте диск среднего размера, положите в мельницу несколько столовых ложек чечевицы и перемелите их. Последнюю порцию чечевицы полейте небольшим количеством сцеженной жидкости.

2 **Протирание перемолотой чечевицы через сито.** Установите мелкое сито над тарелкой. При помощи пластмассового скребка протрите небольшие порции чечевицы через сито. Уберите из сита оставшуюся кожицу.

3 **Разогревание пюре.** Переложите пюре в сковороду и поставьте ее на сильный огонь. Разогрейте пюре, непрерывно помешивая. Подлейте еще немного сцеженной жидкости, если пюре получается слишком густым и сухим. Снимите сковороду с плиты. Возьмите большой кусок сливочного масла, измельчите его и перемешайте с пюре, пока оно полностью не растает.

4 **Выпаривание жидкости.** Готовьте пюре на сильном огне до тех пор, пока оно не загустеет и не начнет шипеть по краям. Потрясите сковороду из стороны в сторону, чтобы пюре не прилипало к стенкам.

5 **Выкладывание бобов из сковороды.** Возьмите сковороду за ручку, наклоните ее так, чтобы бобы переместились к противоположному краю. Затем краем сковороды дотроньтесь до края сервировочного блюда, переверните сковороду *(см. рис. вверху)* так, чтобы запеканка оказалась на блюде.

6 **Подача запеканки на стол.** Вы можете подать запеканку из толченых бобов на стол без приправ, а можете посыпать сверху тертым сыром или сырной крошкой. В сочетании с жидкими или хрустящими блюдами, например, с обыкновенным салатом из свежих овощей и зелени, сухость жареных бобов не будет выделяться. ♦

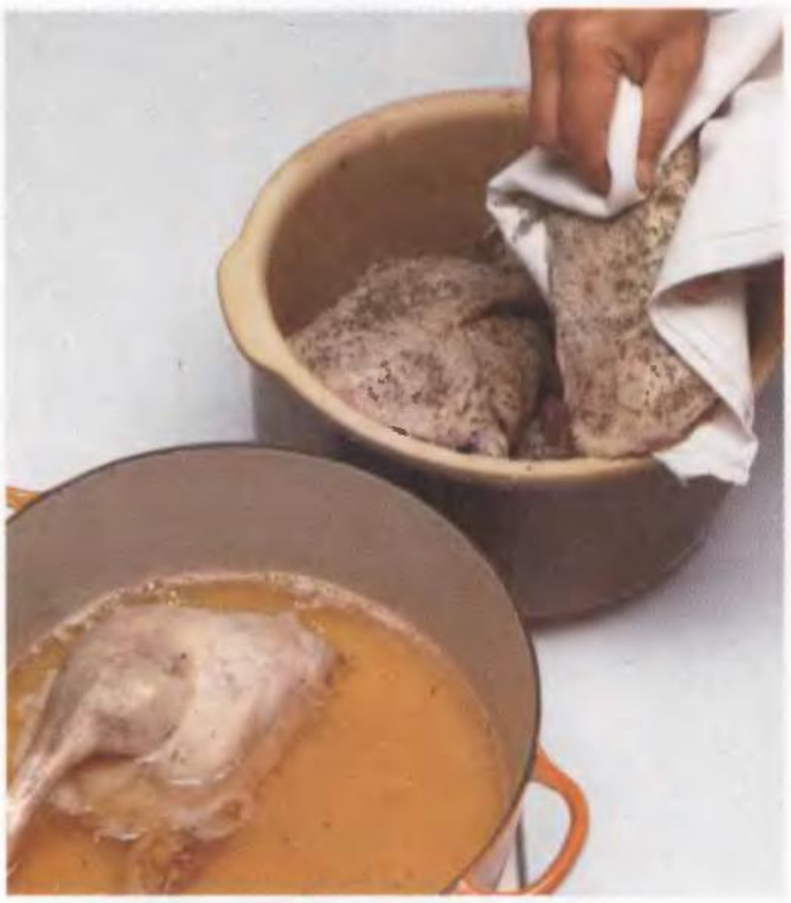
Блюдо из бобов и мяса с поджаристой корочкой

Из фасоли или любого другого сорта бобовых и разных видов мяса можно приготовить замечательное и очень вкусное главное блюдо. Жирное мясо делает блюдо очень сытным и питательным: бобы пропитываются жиром и насыщаются ароматом мяса. Можно просто сварить бобовые вместе с ломтиками бекона или молодой баранины или же приготовить такое сложное по своему составу блюдо, как французское «касуле» (рагу), представленное на иллюстрациях. Для приготовления нашего «касуле» мы взяли белую фасоль, гусиное мясо, молодую баранину и несколько сортов свинины. Все ингредиенты были приготовлены отдельно — мы стремились максимально использовать вкусовые качества каждого продукта. Затем мы разложили приготовленные продукты слоями в большой кастрюле и поставили запекаться на несколько часов в духовку *(рецепт на стр. 160)*.

Традиционно для приготовления «касуле» принято использовать консервированное гусиное мясо, которое сначала солят, затем отваривают и консервируют в собственном соку. Однако консервированное гусиное мясо не всегда можно достать. В качестве достойной замены можно использовать сырое гусиное мясо: его нужно засолить накануне, чтобы оно стало таким же соленым и обладало таким же пикантным вкусом, как и консервированное мясо, а затем потушить в собственном соку.

В воду, в которой варится фасоль, кладут свиную кожу или кожицу от бекона, соленый свиной желудок или же сырую свиную грудинку, свиные ножки и колбаски или сосиски; благодаря желатину, которым богаты свиная кожа и ножки, бульон превращается в однородную, студенистую массу. Молодую баранину обжаривают на жиру, затем тушат с овощами, подлив немного бульона из-под фасоли и свинины. Ничто не пропадает зря: когда тушение закончено, оставшийся сок сливают в отдельную посуду и используют потом в качестве соуса для рагу.

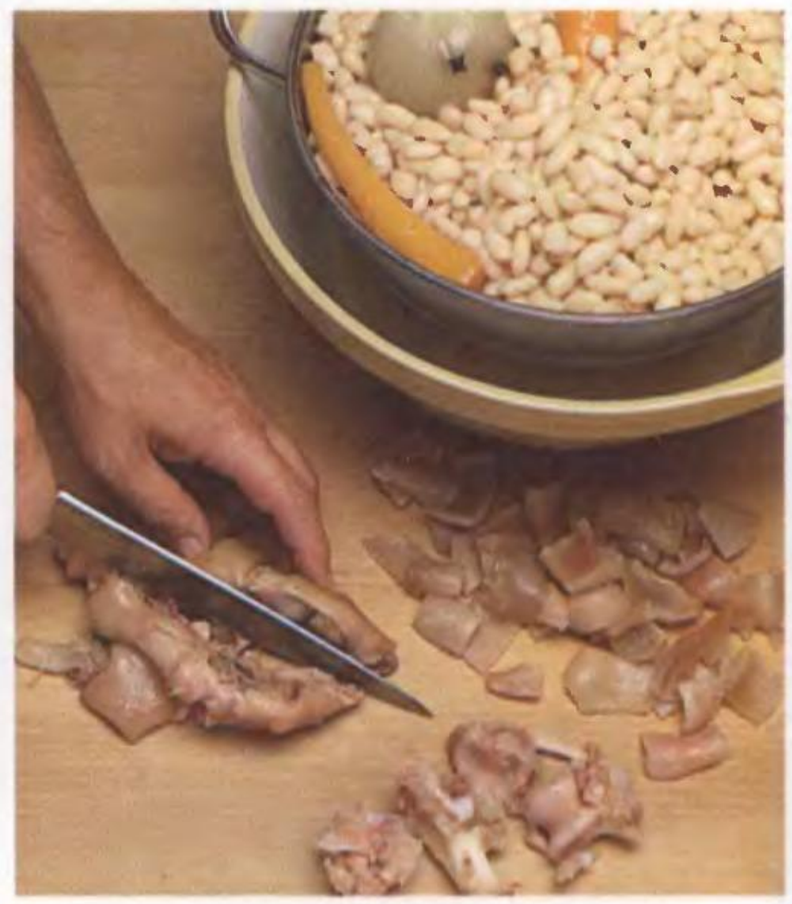
Когда все продукты готовы, можно начинать собирать из них «касуле». Фасоль и мясо слоями раскладывают в большой кастрюле, а затем заливают сверху бульоном, в котором варилась фасоль, и жидкостью, в которой тушилась баранина. Верхний слой делается из хлебных крошек, залитых гусиным жиром,— в процессе приготовления «касуле» из него образуется поджаристая, хрустящая корочка. Пока рагу находится в духовке, необходимо время от времени помешивать верхний слой ложкой и снова поливать его жиром: в результате получится толстая хрустящая корочка, которая как нельзя лучше сочетается с мягким мясом и нежной фасолью.



1 **Засолка гусиного мяса.** Возьмите мясо гуся и обрежьте весь жир. Разрежьте тушку на 8—10 частей, хорошенько их посолите, посыпьте мелко истолченной зеленью и оставьте засаливаться. На следующий день растопите гусиный жир в кастрюле, налив в нее стакан воды; затем процедите жир через сито, накрытое муслином, и слейте его в большую кастрюлю. Возьмите куски гусиного мяса, вытрите их и положите в жир.

2 **Приготовление гусиного мяса.** Если гусиного жира не достаточно, чтобы полностью накрыть куски мяса, добавьте топленого сала. Поставьте мясо тушиться в собственном жиру на медленном огне в течение приблизительно 2 ч, пока оно не станет мягким. Когда мясо будет готово, выньте его из кастрюли при помощи вилки *(см. рис. вверху)*. Слейте жир в отдельную посуду и сохраните.

5 **Извлечение грудинки из кастрюли.** Доведите воду до кипения, варите мясо 10 мин, затем убавьте огонь. Через 40 мин выньте из кастрюли колбаски и отложите их. Еще через 20 мин выньте из кастрюли грудинку, если она к тому времени уже стала мягкой *(см. рис. вверху)*, и отложите ее. Продолжайте варить оставшиеся ингредиенты на медленном огне в течение 1 ч или же до тех пор, пока фасоль не станет достаточно мягкой, но не превратится в кашу.



6 **Разрезание свиной ножки.** Переложите фасоль и грудинку на дуршлаг и слейте бульон в отдельную посуду. Разрежьте свиную ножку вдоль на две части. Выньте кости и выбросьте их. Мясо нарежьте на небольшие кусочки. Возьмите свиную кожу, развяжите нитку и разрежьте кожу на небольшие квадратики. Морковь также порежьте, а луковицу выбросьте: весь аромат и вкус репчатого лука передался бульону, в котором он варился. Выбросьте лавровый лист.

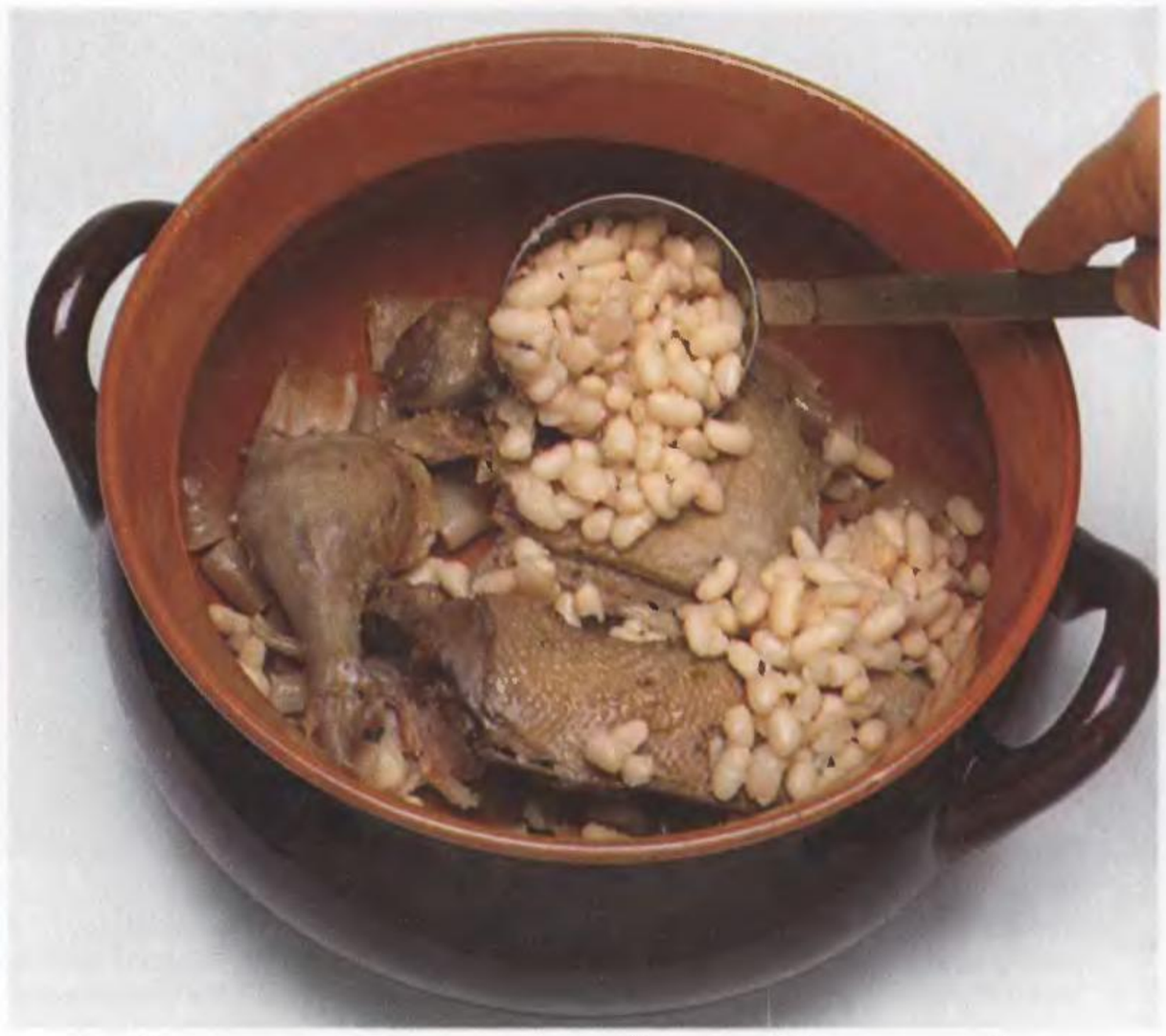
3 **Скатывание кожи.** Возьмите большой кусок свежей свиной грудинки и срежьте с него кожу. Нарежьте кожу на ровные квадратные кусочки. Скрутите из них тугие рулончики и крепко перевяжите ниткой *(см. рис. вверху)*. Положите свиную кожу в большую кастрюлю вместе со свиной ножкой и грудинкой. Чтобы удалить из мяса белковидные вещества, из-за которых в процессе варки на поверхности воды возникает серая пенка, налейте в кастрюлю воды, доведите ее до кипения и несколько минут варите мясо на медленном огне. Затем выньте мясо из кастрюли и промойте под струей холодной воды.

4 **Добавление фасоли.** Переложите свиную ножку, грудинку и кожу в чистую кастрюлю. Насыпьте в нее предварительно вымоченную в воде *(см. стр. 78)* и процеженную белую фасоль *(см. рис. вверху)*, свежую зелень и ароматические овощи — здесь тимьян, лавровый лист, чеснок, морковь и одну луковицу с несколькими палочками сушеной гвоздики. Положите в кастрюлю 1—2 чесночные колбаски или сосиски. Залейте все ингредиенты холодной или теплой водой.

7 **Обжаривание молодой баранины.** Крупно нарежьте свежую морковь и репчатый лук. Положите их в большую сковороду, в которую предварительно налейте топленого гусиного жира. Слегка обжарьте морковь и лук, пока они не потемнеют, затем переложите их в сито, установленное над миской. Овощи отложите в отдельную посуду и сохраните; когда жир стечет в миску, снова налейте его в сковороду. Возьмите телячью лопатку, срежьте мясо и нарежьте его на большие куски. Положите мясо в гусиный жир, посолите и обжарьте со всех сторон. Затем посыпьте куски мяса мукой *(см. рис. вверху)*. Через 2—3 мин положите в сковороду жареную морковь и лук. Добавьте очищенные и нарезанные на куски помидоры, чеснок и связанные в пучок лавровый лист, тимьян и петрушку.

8 **Тушение молодой баранины.** Плесните в сковороду немного красного или белого вина *(см. рис. вверху)*. Осторожно помешайте смесь деревянной ложкой, чтобы мясо и овощи не пригорели снизу и по краям. Налейте небольшое количество бульона, в котором варились фасоль и свинина, чтобы содержимое сковороды было полностью покрыто жидкостью. Накройте сковороду крышкой и тушите на медленном огне в течение приблизительно 1,5 ч. В процессе приготовления мяса два или три раза уберите жирную пленку с поверхности бульона. В конце приготовления выньте зелень. ↳

9 **Приготовление соуса.** Баранину и морковь отложите в отдельную посуду. Все остальные ингредиенты пестиком протрите сквозь сито, установленное над глубокой кастрюлей *(см. рис. вверху)*. Поставьте кастрюлю с соусом одним краем на конфорку и варите на медленном огне в течение 15 мин, время от времени снимая жир, появляющийся на кипящей стороне.



10 **Закладывание первого слоя.** Возьмите большую глубокую глиняную кастрюлю и натрите ее изнутри чесноком. По краям разложите кусочки свиной кожи. Сверху поместите куски гусиного мяса. Возьмите примерно треть всей вареной фасоли и половником разложите ее поверх мяса *(см. рис. вверху)*.

13 **Заливание фасоли соусом.** Осторожно, стараясь не разрушить слой хлебной крошки, ложкой полейте блюдо процеженным соусом из-под тушеной баранины. Продолжайте поливать блюдо, пока хлебные крошки не будут полностью залиты соусом. Если соуса недостаточно, добавьте немного бульона, в котором варилась фасоль.

14 **Добавление гусиного жира.** Снова посыпьте блюдо хлебной крошкой. Сверху полейте 2—3 л. гусиного жира *(см. рис. вверху)*. Поставьте кастрюлю в горячую духовку, нагретую до 170° С.

15 **Ломание корочки.** Каждые 20 мин доставайте блюдо из духовки, чтобы полить его сверху остатками соуса или же, если он весь был использован ранее, бульоном из-под фасоли или соком, который дало мясо в процессе приготовления рагу. Когда блюдо подрумянится сверху (приблизительно через 1,5 ч после того, как вы поставили блюдо в духовку), сломайте образовавшуюся корочку при помощи боковой стороны ложки *(см. рис. вверху)*.

11 **Раскладывание второго слоя.** Поверх первого слоя фасоли положите куски тушеной молодой баранины. Посыпьте мясо нарезанной вареной морковью, которая варилась вместе с фасолью и свиной грудинкой, а рядом положите кусочки свиной ножки. Возьмите приблизительно половину оставшейся в дуршлаге вареной фасоли и равномерно разложите ее поверх мяса.

12 **Раскладывание третьего слоя.** Нарежьте чесночные колбаски кружками толщиной приблизительно в 1 см. Положите кусочки колбасок и грудинки поверх второго слоя фасоли *(см. рис. вверху)*. Сверху разложите половником оставшуюся фасоль — это будет последний слой. Посыпьте его сверху мелкой хлебной крошкой.

16 **Получение замечательной корочки.** Сломав образовавшуюся корочку, полейте блюдо сверху бульоном из-под фасоли и свинины. Снова поставьте кастрюлю в духовку и запекайте блюдо еще 1,5 ч. 3—4 раза вынимайте кастрюлю, ломайте корочку и поливайте поверхность соусом до тех пор, пока не получите толстую, поджаристую корку *(см. рис. вверху)*. Когда будете подавать «касуле» на стол, убедитесь, что на тарелке у каждого из присутствующих лежит хрустящая корочка, разные виды мяса и достаточное количество фасоли *(см. рис. справа)*. ♦

Длительное запекание: идеальное сочетание вкуса и аромата продуктов

При длительном запекании в духовке на медленном огне — самое большее в течение 12 ч — бобы и мясо максимально пропитываются ароматами друг друга. Длительное приготовление блюда позволяет добавлять любые приправы и специи, облагораживающие его вкус и аромат. На наших иллюстрациях, например, меласса (черная патока), горчица, бастр (желтый сахарный песок) придают пикантный сладковатый вкус красной фасоли, запеченной в духовке с кусочками бекона или сырой свиной грудинки *(рецепт на стр. 164)*.

Прежде чем ставить фасоль в духовку, ее необходимо вымочить в воде *(стр. 78)*, чтобы она стала мягкой, а затем некоторое время варить в большом объеме воды на сильном огне, чтобы она начала готовиться.

Обязательно нужно следить, чтобы в процессе длительного запекания в духовке фасоль все время находилась в воде и не высыхала. Традиционно бобовые готовят в специальной кастрюле, которая сужается кверху, чтобы испарение жидкости максимально уменьшилось. Вы можете готовить фасоль в любой посуде подобной формы, но следите, чтобы уровень воды всегда был минимум на 2,5 см выше уровня бобов.

1 **Подготовка ингредиентов.** Поставьте вымачиваться бобы — белую фасоль, пятнистую фасоль или, как здесь, красную фасоль — в холодной воде на несколько часов. Затем процедите их и налейте чистой воды. Поставьте вариться на сильном огне в течение 10 мин. Снова процедите, слив воду в отдельную посуду. Подготовьте прочие ингредиенты — здесь репчатый лук, меласса, сухая горчица, бастр, крупная соль и сырая свиная грудинка, порезанная на кусочки.

2 **Подготовка фасоли.** Насыпьте фасоль в специальную кастрюлю или в любую другую подходящую посуду. Положите в нее бастр, соль, сухую горчицу и мелассу. Залейте содержимое кастрюли водой, оставшейся от варки фасоли, так, чтобы уровень воды на 2,5 см превышал уровень фасоли. В последнюю очередь добавьте кусочки грудинки и луковицу.

3 **Приготовление блюда.** Накройте кастрюлю крышкой и поставьте в духовку, настроенную на температуру от 130° С до 140° С на 7—8 ч (или на всю ночь), пока бобы не станут мягкими, но при этом не разварятся до состояния каши. Перед тем, как подать готовое блюдо на стол, извлеките луковицу. ♦

Антология рецептов

Отбирая рецепты блюд из бобовых, макаронных изделий и круп для настоящей «Антологии», составители и консультанты, работавшие над данной книгой, опирались на специальную литературу о национальных кухнях и руководствовались национальными кулинарными традициями более чем 36 стран. Выбор представленных блюд огромен: от простого горохового пудинга до сложнейшего блюда из дикого риса с устрицами. «Антология» охватывает три последние века и включает в себя рецепты, принадлежащие более чем 112 авторам, многие из которых являются известными знатоками кулинарного искусства. Некоторые рецепты ранее не публиковались на английском языке. Что же касается источников, то мы делали упор на традиционных блюдах, приготовленных на основе свежих, натуральных продуктов. Кухня экзотических стран представлена, в частности, «кускусом» — традиционным североафриканским блюдом, *«фалафелем» (falafel)* — блюдом, известным на Среднем Востоке, и мексиканской жареной фасолью *(frijoles refritos)*. Здесь много рецептов приготовления блюд из макаронных изделий, взятых из итальянской кухни, а также из литературы о национальных кухнях стран, в которых макаронные изделия являются одним из основных продуктов питания,— стран Среднего Востока, Восточной Европы и Юго-Восточной Африки. Раздел, посвященный макаронным изделиям, дополнен рецептами приготовления клецек.

Так как кулинары, жившие в прежние времена, не указали в своих рецептах многие известные в настоящее время ингредиенты, мы сами включили их в рецепты; так же в тех случаях, где это необходимо, мы дополнили рецепты своими замечаниями, которые набраны курсивом. Старые термины были заменены современными, однако чтобы сохранить несколько архаичный характер рецептов и представить читателю подлинную антологию блюд, составители данной «Антологии» стремились вносить минимальные изменения в авторский текст. Некоторые описания к рецептам следовало бы сделать более полными, однако в случае, если способ приготовления блюда остается неясным, читателю достаточно лишь обратиться к первому разделу книги, в котором на иллюстрациях подробно представлена и объяснена техника приготовления блюд.

Как и в первом разделе книги, блюда в «Антологии» разделены на блюда из круп, теста и бобовых. Для удобства в каждый раздел введены подразделы. Классические рецепты таких вспомогательных блюд, как бульоны, соусы и тесто, представлены в последней главе. Естественно, что совсем не обязательно следовать указаниям касательно того, как подавать на стол то или иное блюдо, которые включены в некоторые рецепты.

Каждый рецепт предварен списком ингредиентов, необходимых для приготовления блюда: основные продукты стоят в нем на первом месте, далее в порядке добавления в блюдо следуют прочие ингредиенты. В отдельном столбце приводятся приблизительные вес и объем используемых компонентов.

Блюда из недробленых круп	88
Блюда из дробленых круп. Блюда из муки и кускуса	108
Отварные макаронные изделия	115
Жареные и печеные макаронные изделия. Макаронники	123
Изделия из теста с начинкой	136
Клецки	142
Блюда из цельных бобовых	146
Пюре из бобовых	156
Горох, бобы, фасоль и чечевица с мясом	158
Стандартные рецепты	165

Блюда из недробленых круп

Красный рис

Если нет возможности достать клейкий рис для приготовления данного блюда его можно заменить итальянским овальным рисом.

На 8—10 порций

клейкий рис, предварительно вымытый и процеженный	1 кг
бобы адзуки, вымоченные в воде в течение 1 ч и процеженные	30 г
вода	около 1,75 л
соль	1 ст. л.
семена черного кунжута, смешанные с 1 ст. л. соли	3 ст. л.

Варите адзуки в кипящей воде, не накрывая крышкой, в течение 1,5—2 ч или до тех пор, пока бобы не станут достаточно мягкими. Если необходимо, подливайте время от времени в кастрюлю воды. Откиньте бобы на дуршлаг, слив воду в отдельную посуду и сохранив для того, чтобы потом окрасить этой водой рис.

Добавьте в бобы рис, залейте 1,25 л воды, в которой они варились, посолите и готовьте под крышкой на медленном огне в течение приблизительно 30 мин. Рис подают на стол в тарелках или пиалах. Сверху посыпьте рис семенами кунжута, смешанными с солью.

AYA KAGAWA
JAPANESE COOKBOOK

Плов с семенами пинии

На 6 порций

продолговатый рис	375 г
сливочное масло	150 г
кипяток	1 л
соль	
смородина	60 г
семена пинии или колотые и очищенные миндальные орехи	60 г
зелень петрушки; мелко нарубить	2 ст. л.
измельченная апельсиновая корка	1 ст. л.

Растопите в большой кастрюле 30 г сливочного масла, положите в нее рис и обжаривайте, непрерывно помешивая, пока масло полностью не впитается в рис. Затем налейте доведенную до кипения воду, посолите, накройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне в течение приблизительно 25 мин. После чего положите в рис смородину, помешайте его при помощи вилки и снимите кастрюлю с плиты.

В небольшой сковороде растопите оставшееся сливочное масло, положите в него семена пинии и обжаривайте до тех пор, пока они слегка не подрумянятся, а масло не начнет темнеть; затем полейте маслом с пинией рис и осторожно помешайте блюдо. Переложите рис в сервировочное блюдо и посыпьте сверху зеленью петрушки и измельченной апельсиновой коркой.

JOSÉ WILSON (EDITOR)
HOUSE AND GARDEN'S PARTY MENY COOKBOOK

Рис с чечевицей

Khichhari

На 6 порций

рис, вымытый и процеженный	175 г
бежевая чечевица, лущеный зеленый горох или бобы маи, предварительно вымоченные в течение 1 ч в воде и процеженные	250 г
листья кориандра, порезанные	2 ст. л.
кусочек свежего корня имбиря, очищенного и нарезанного на кусочки	2,5 см
чеснок	4 зубчика
толченая куркума	1/2 ч. л.
паприка или красный стручковый перец	1/2 ч. л.
гарам масала (garam masala)	1/2 ч. л.
«ги» *(ghee)*, топленое масло из молока буйволицы	2 ст. л.
репчатый лук, мелко нарезанный	1 шт.
семена тмина	1/2 ч. л.
свежий чили, очищенный и мелко нарезанный (необязательно)	2 шт.
помидоры, предварительно очищенные от кожицы и семян и нарезанные на четверти	2 шт.
картофель, нарезанный кубиками	1 шт.
соль	1 ч. л.

В ступке измельчите 1 ст. л. листьев кориандра, корень имбиря, куркуму, паприку или красный стручковый перец и масалу. Разогрейте на сковороде «ги» и слегка обжарьте репчатый лук. Смешайте его с приготовленной в ступке смесью «гарам масала» (смесь из молотых пряностей: корицы, гвоздики, кардамона, семян черного тмина, мускатного ореха и мускатного «цвета»), семенами тмина и мелко нарезанным чили. Обжаривайте в течение нескольких минут, а затем положите на сковороду рис, чечевицу, лущеный горох или маи и нарезанные помидоры. Жарьте еще 5 мин, после чего залейте водой. Добавьте кубики картофеля, посолите и доведите до кипения. Убавьте огонь и варите в течение 20 мин при слабом кипении до тех пор, пока рис не будет готов. При необходимости долейте еще некоторое количество воды, чтобы рис не пересох. Перед подачей на стол посыпьте блюдо остатками кориандра.

JACK SANTA MARIA
INDIAN VEGETARIAN COOKERY

Плов с цветной капустой

Phulgobi Pulau

На 6 порций

рис, вымоченный в воде в течение 1 ч и процеженный	275 г
цветная капуста, соцветия	250 г
соль и перец	
«ги» (*ghee*) или топленое сливочное масло	30 г
репчатый лук, мелко нарезанный	1 шт.
чеснок, мелко нарезанный	6 зубчиков
стручки свежего кардамона	2 шт.
палочка корицы	5 см
гвоздика	6 шт.
имбирь, мелко нарезанный	2,5 см
свежий чили, очищенный от стебля и семян и мелко нарезанный (необязательно)	2 шт.
паприка молотый или красный перец	1/2 ч. л.
семена тмина	1 ч. л.
гарам масала (garam masala)	1/2 ч. л.
йогурт	1/4 л
горячая вода	900 мл

Посыпьте цветную капусту солью и перцем и поджарьте на топленом масле «ги», пока она не приобретет золотистого цвета. Выньте капусту и положите на сковороду мелко нарезанные репчатый лук и чеснок, жарьте их до тех пор, пока лук не станет мягким. Добавьте кардамон, корицу, гвоздику и насыпьте рис. Жарьте, непрерывно помешивая, пока рис не приобретет темно-золотистого цвета — приблизительно 5 мин. Затем добавьте цветную капусту, имбирь, чили, паприку, 2 ч. л. соли, семена тмина и масалу. Продолжайте жарить в течение следующих 5 мин. Затем налейте в сковороду йогурт и помешайте. Добавьте горячей воды, доведите смесь до кипения, накройте сковороду крышкой и варите на медленном огне, пока рис не будет готов и не впитает в себя всю жидкость.

JACK SANTA MARIA
INDIAN VEGETARIAN COOKERY

Плов из молодой баранины в крепком бульоне

Yakhni Pilau

Для приготовления крепкого, студенистого бульона возьмите небольшое количество баранины и кости, богатые желатином,— телячьи или свиные ножки, голени, говяжьи копыта. Готовый бульон процедите и, когда он остынет, снимите весь жир. Бульон можно сварить на одном мясе или же добавить в него несколько лимонных корок или горсть лимонных листьев, петрушку или листья кориандра, 2 см корня имбиря, мелко нарезанного, палочку корицы длиной 5 см, 1 или 2 стручка свежего чили или сладкого зеленого перца, 1 ч. л. зерен черного перца и несколько мелко нарезанных зубков чеснока или лука-резанца. Плов можно украсить бланшированным миндалем, очищенным и поджаренным на сковороде; кружками сладкого перца, посоленными, а затем поджаренными на сковороде или в гриле; нарезанным на кружки и обжаренным репчатым луком и изюмом, который сначала нужно вымочить в воде, затем процедить и слегка поджарить.

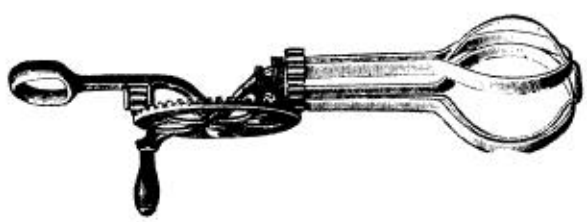
На 4 порции

продолговатый рис, вымоченный в течение 1 ч в воде и процеженный	250 г
очищенная от костей баранина, нарезанная на кубики	600 г
лимон, выжатый сок	2 шт.
семена аниса или фенхеля, толченые	8 шт.
жирные сливки, слегка взбитые	150 мл
йогурт	150 мл
очищенное сливочное масло	125 г
гвоздика, толченая	4 шт.
студенистый бульон	600 мл
стручки кардамона, толченые	7 шт.
палочка корицы	5 см
маковое семя, поджаренное и молотое	2 ст. л.
лавровый лист	2 шт.
соль	
зелень кресса водяного или сырого шпината, нарубленная	6 ст. л.

Насадите кусочки молодой баранины на вилку, смочите их в лимонном соке и опустите в молотый анис или фенхель. Слегка взбейте сливки вместе с йогуртом и полейте смесью кусочки баранины. Оставьте мясо в маринаде на некоторое время.

Растопите 30 г сливочного масла в небольшой кастрюле и положите в него гвоздику. Налейте 60 мл бульона и помешайте. Накройте крышкой и оставьте на 5 мин готовиться на медленном огне. Растопите 60 г сливочного масла в другой кастрюле, положите в нее кардамон, корицу, маковое семя и лавровый лист. Засыпьте рис и обжаривайте на среднем огне, непрерывно помешивая, пока рис не станет прозрачным — около 6—8 мин. Затем налейте в кастрюлю соус из взбитых сливок и йогурта, в котором мариновалось мясо, и добавьте немного бульона, чтобы уровень жидкости на 3 см превышал уровень риса. Доведите до кипения, посолите, посыпьте мелко нарезанной зеленью кресса водяного или шпината. Накройте кастрюлю крышкой и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 12 мин. Тем временем поджарьте баранину на оставшемся сливочном масле и, когда она обжарится и потемнеет, смешайте ее с рисом. Накройте кастрюлю крышкой, убавьте нагрев в духовке до 170° С и снова поставьте плов запекаться на 15 мин. Перед подачей на стол поставьте готовый плов в теплое место на 5 мин.

DHARAMJIT SINGH
INDIAN COOKERY



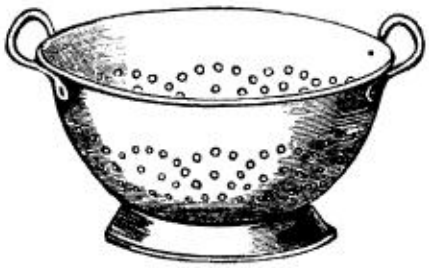
Желтый рис по-непальски

На 4 порции

продолговатый рис, вымоченный в воде в течение 30 мин	250 г
растительное масло	4 ст. л.
зеленый лук, порезанный	8 шт.
палочка корицы	5 см
кардамон, семена	3 шт.
гвоздика	4 шт.
молотая куркума	
горячая вода	1/4 л
мякоть свежего кокосового ореха, очищенная от кожицы, натертая на терке, вымоченная в течение 30 мин в 1/4 л воды и выжатая в салфетку для получения кокосового молока	300 г
соль	
свежие побеги кориандра	3—4 шт.

Налейте на сковороду растительного масла, разогрейте его и поджарьте мелко нарубленные стрелки зеленого лука. Когда лук потемнеет, снимите его со сковороды и разложите на бумажную салфетку. Процедите рис; переложите его на сковороду, добавьте специи и молотую куркуму и обжаривайте в течение 3 мин. Затем залейте рис горячей водой и кокосовым молоком, слегка посолите. Готовьте плов под крышкой на медленном огне около 20 мин или же до тех пор, пока рис не будет сварен. Добавьте кориандр. После чего, не накрывая сковороду крышкой, поставьте плов в духовку, нагретую до температуры 150° С, на 5—10 мин, чтобы лишняя жидкость испарилась. Подавать на стол плов следует горячим, украсив жареным луком.

E. MAHESWARY DEVI
HANDY RICE RECIPES



Паэлья из курицы, свинины и морских продуктов

Paella Valenciana

Ингредиенты, входящие в состав данной паэльи, можно варьировать, в зависимости от возможности достать те или иные продукты и от вашего вкуса; крольчатину можно заменить куриным мясом, моллюски заменить мидиями, а угрей и улиток можно вообще исключить из рецепта

Чтобы снять с угря кожу, сначала оглушите его, ударив головой об стол, затем разрежьте кожу вокруг головы, зацепите ее щипцами и очистите тушку по направлению от головы к хвосту подобно тому, как снимают с руки перчатку. О том, как разделывать кальмаров, рассказывается на стр. 28. Мидии варят и чистят так же, как моллюсков (см. стр. 29). О том, как их нужно готовить, подробно описано на следующей странице.

На 6—8 порций

рис	400 г
мягкое куриное мясо, нарезанное на 6—8 порционных кусков	один на 1,5 кг
постная свинина, нарезанная на куски	200 г
ветчина, нарезанная на тонкие ломтики	100 г
небольшие копченые сосиски; проткнуть вилкой и сварить	8 шт.
очищенные кальмары; тушки порезать кружками	2 шт.
улитки, сваренные и очищенные от панциря	12 шт.
живой угорь небольшого размера; снять кожу, удалить внутренности и нарезать на 6—8 частей	1 шт.
мидии, сваренные и очищенные от раковин; жидкость, в которой они были сварены, сохранить	24 шт.
пильчатые креветки или дублинские креветки	8 шт.
оливковое масло	200 мл
репчатый лук среднего размера, мелко нарезанный	2 шт.
сладкий красный перец, очищенный от кожицы и семян и мелко нарезанный	4 шт.
артишоки, нарезанные на четыре части; удалить сердцевину и обрезать стебель и лишние листья	2 шт.
зеленая стручковая фасоль с обрезанной верхушкой и стеблями, нарезанная на кусочки небольшого размера	100 г
помидоры, очищенные от кожицы и семян, нарезанные	2 шт.
чеснок, мелко порезанный	2 зубчика
зелень петрушки, нарубленная	6—8 ст. л.
белый перец	
свеженатертый мускатный орех	
соль	
толченый шафран	1/2 ч. л.
паприка	1 ч. л.
лущеный горох, сваренный	200 г
лавровый лист	1 шт.

Поставьте специальную посуду для приготовления паэльи на не очень сильный огонь и налейте растительного масла, затем положите в него кусочки курицы, свинины, ломтики ветчины и сосиски. Когда мясо слегка подрумянится, добавьте репчатый лук, сладкий перец, артишоки и фасоль и жарьте все это в течение нескольких минут, затем положите кальмаров, улиток и нарезанного на части угря. Смешайте с креветками и помидорами.

Продолжайте готовить паэлью на медленном огне, добавив в нее чеснок и петрушку, приправив белым перцем, мускатным орехом и посолив. Затем засыпьте рис, тщательно перемешайте содержимое кастрюли и приправьте небольшим количеством шафрана и паприки. Налейте в кастрюлю жидкость, в которой были сварены мидии, и добавьте воды, чтобы общий объем жидкости в два раза превышал объем риса, нужно долить приблизительно 1 л воды. Затем добавьте фасоль и положите лавровый лист. Увеличьте нагрев и готовьте блюдо на сильном огне до тех пор, пока жидкость не

закипит, после чего поставьте кастрюлю в духовку, предварительно нагретую до температуры 180° С, на 15—20 мин. За несколько минут до того, как вынуть паэлью из духовки, положите в нее мидии. Паэлью подают на стол в том же блюде, в котором она была приготовлена.

CANDIDO LOPEZ
EL LIBRO DE ORO DE LA GASTRONOMIA

Паэлья по-валенсийски

Как очистить и приготовить кальмаров, описано на стр. 28. Прежде чем начать варить мидии, счистите с раковин острым ножом жабры и прочие наросты и положите их вымачиваться в холодную, чистую, соленую воду на 3 ч, в течение этого времени мидии должны выделить в воду всю грязь и песок, которые находятся у них внутри. Когда вода станет грязной, смените ее. Открывшиеся мидии выбрасывайте. Если вы не смогли достать сырые креветки, замените их готовыми; их добавляют к остальным ингредиентам, находящимся в кастрюле, в последние 5 мин приготовления паэльи.

На 8—10 порций

рис	600 г
растительное масло	125 мл
курица, разделанная	1 кг
соль	
постная свинина, нарезанная на куски	200 г
кальмары, очищенные и нарезанные	200 г
репчатый лук, мелко нарезанный	100 г
сладкий красный перец, поджаренный, очищенный от кожицы и семян и нарезанный	1 шт.
помидоры, очищенные от кожицы и семян, нарезанные	300 г
свежие мидии	200 г
«чорисо» или любой другой вид копченой острой колбасы, нарезанный на кусочки	200 г
кипящая вода	600 мл
креветки, сырые	200 г
зеленая стручковая фасоль небольшого размера	100 г
лущеный горох; бланшировать в течение 5 мин в соленой воде	200 г
чеснок	4 зубчика
молотый шафран	

В глубокую, широкую посуду положите курицу, предварительно нарезав ее на порционные части, посолите, затем налейте 2 ст. л. растительного масла и поджарьте до полуготовности. Приблизительно через 10 мин добавьте свинину и кальмаров. Накройте кастрюлю крышкой и готовьте на медленном огне в течение 10 мин. Положите репчатый лук и сладкий перец; когда овощи подрумянятся, добавьте помидоры. Готовьте смесь на медленном огне, не накрывая крышкой, пока помидоры не превратятся в однородную массу,— около 10 мин. Затем добавьте в кастрюлю мидии и колбаски. Накройте крышкой и варите около 2—3 мин или до тех пор, пока мидии не раскроются. Снимите кастрюлю с плиты.

Возьмите специальную посуду для приготовления паэльи или большую сковороду и разогрейте в ней 4 ст. л. растительного масла. Когда масло начнет шипеть, положите в него рис и жарьте его до тех пор, пока он не станет золотистого цвета. Тогда переложите в сковороду с рисом содержимое кастрюли. Помешайте и налейте 600 мл кипящей воды. Положите в сковороду сырые креветки, зеленую фасоль и горох. Растолките в ступке чеснок, добавьте в него щепотку молотого шафрана и налейте оставшиеся 2 ст. л. растительного масла. Добавьте приготовленную смесь в посуду с паэльей, накройте ее крышкой и готовьте 15 мин. Затем снимите с плиты, поставьте на 5 мин остывать, после чего подайте паэлью на стол в той же посуде, в которой она была приготовлена.

VICTORIA SERRA
TIA VICTORIA'S SPANISH KITCHEN

Традиционное блюдо Туниса: рыба с рисом

Riz au Poisson à la Tunisienne

О приготовлении «харисы» — острого соуса из перца, традиционного для Северной Африки, рассказывается на стр. 39.

Для приготовления этого блюда годится любая большая рыба с белым мясом — морской черт, рыба-меч, морской окунь или морской лещ, или также тунец или макрель.

На 4 порции

рис вымытый и процеженный	300 г
рыба, очищенная от чешуи и костей, разделанная на 4 больших куска	750 г
соль и перец	
растительное масло	100 мл
маленькая луковица, мелко нарезанная	1 шт.
томатное пюре	1 ст. л.
острый соус «харисса», смешанный с 100 мл воды	1 ч. л.
вода	около 8 ст. л.
сливочное масло	30 г

Посолите и поперчите рыбу. Возьмите глубокую сковороду или кастрюлю, нагрейте в ней растительное масло и положите рыбу — посуда должна быть достаточно большой, чтобы в ней могли поместиться все куски рыбы. Затем добавьте репчатый лук и готовьте до тех пор, пока рыба не поджарится с обеих сторон. После чего положите в кастрюлю томатное пюре и острый соус «харисса», готовьте все на медленном огне в течение 10 мин, затем долейте немного воды, чтобы покрыть рыбу. Доведите до кипения, убавьте огонь и готовьте на медленном огне до тех пор, пока рыба не достигнет полной готовности — около 12—15 мин.

Достаньте рыбу из бульона и положите в теплое место, чтобы они не остыли. Добавьте в кастрюлю воды, чтобы довести общий объем жидкости до 3/4 л, и доведите ее до кипения. Засыпьте рис, убавьте огонь, накройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне до тех пор, пока вся жидкость не впитается в рис,— около 20 мин. После чего положите сливочное масло.

Проверьте, хватает ли соли, затем выложите рис на сервировочное блюдо, украсьте его кусками рыбы и подайте на стол прежде, чем блюдо успеет остыть.

M. KOUKI
POISSONS MÉDITERRANÉENS

Деревенский «грязный» рис

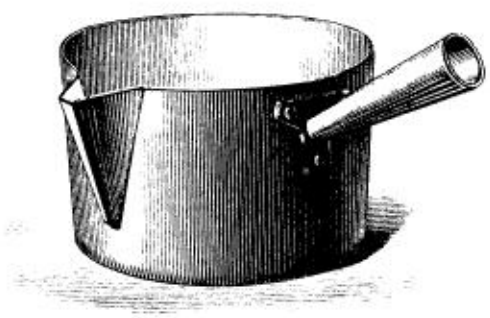
На 4—6 порций

продолговатый рис	400 г
растительное масло	100 мл
мука	3 ст. л.
репчатый лук, мелко нарезанный	125 г
куриная печень, мелко нарезанная	750 г
сельдерей, нарезанный	60 г
петрушка, мелко нарубленная	30 г
зеленый лук, нарезанный	100 г
сладкий зеленый перец, нарезанный	75 г
чеснок, мелко нарезанный	1 ч. л.
соль и перец	
красный стручковый перец	1/8 ч. л.
крепкий бульон *(см. стр. 165)*	1 л

В железной глубокой посуде спассеруйте муку на оливковом масле на медленном огне. Добавьте в нее репчатый лук и обжарьте, непрерывно помешивая, пока он не станет золотистым. Положите в кастрюлю куриную печень, сельдерей, петрушку, зеленый лук, сладкий зеленый перец и чеснок, все тщательно перемешайте. Слегка посолите полученную массу, поперчите и добавьте красный перец. Готовьте примерно 5 мин на умеренном огне; затем налейте 100 мл крепкого бульона и варите еще 15 мин. После чего удалите лишнее масло с поверхности смеси и снимите кастрюлю с плиты.

В отдельную посуду налейте оставшийся бульон, насыпьте в него рис и варите в течение 18—20 мин или до тех пор, пока вся жидкость не впитается в рис, и он не станет рассыпчатым. Переложите рис в овощную смесь и проверьте, достаточно ли соли. Перед тем как подать блюдо на стол, разогрейте его в духовке, предварительно нагретой до 180°, в течение 20 мин.

THE JUNIOR LEAGUE OF NEW ORLEANS
THE PLANTATION COOKBOOK



Угорь, приправленный кэрри, по-чилийски

Chilenischer Aal-Curry

Чтобы убить живого угря, ударьте его головой об стол. Отрежьте голову — около 7,5 см. В этой части обычно находятся внутренности. Чтобы снять кожу, сначала очистите тушку около головы. Зацепите кожу щипцами и снимите ее по направлению от головы к хвосту, как перчатку с руки.

На 6 порций

рис	500 г
живой угорь	500 г
сухое белое вино	1/2 л
лавровый лист	2 шт.
гвоздика	3 шт.
ягоды можжевельника	6 шт.
сливочное масло	30 г
соль	
кэрри	3 ч. л.
свежий укроп, нарезанный	1 ст. л.

Доведите до кипения белое вино, в которое предварительно положите лавровый лист, гвоздику и ягоды можжевельника. Кипятите на медленном огне в течение 5 мин. Затем положите в вино угря и варите его примерно 10 мин, после чего достаньте угря из кастрюли, переложите в отдельную посуду, а жидкость сохраните.

Промойте рис и обжарьте его на сливочном масле. Залейте рис жидкостью, в которой варился угорь, и готовьте на медленном огне в течение 10 мин или до тех пор, пока жидкость полностью не впитается в рис. Посолите и посыпьте кэрри. Снимите с угря кожу, выньте кости и нарежьте его на куски длиной 3 см. Положите их в кастрюлю с рисом и посыпьте мелко нарубленным свежим укропом. Накройте кастрюлю крышкой и готовьте блюдо в течение 10 мин на очень медленном огне.

LILO AUREDEN
WASMANNERN SO GUT SCHMECKT

Ризотто по-милански

Risotto alla Milanese

На 5—6 порций

овальный рис	500 г
луковица небольшого размера, мелко нарезанная	1 шт.
говяжьи мозги	40 г
сливочное масло	75 г
сухое белое вино	150 мл
молотый шафран, смешанный с 2 ст. л. крепкого бульона	1/4 ч. л.
крепкий бульон *(см. стр. 165)*	1,25 л
«пармезан», натертый	около 90 г

Возьмите мелкую кастрюлю, положите в нее половину от общего количества сливочного масла и приготовьте на нем говяжьи мозги с луком до тех пор, пока лук не станет мягким, а мозги не поджарятся со всех сторон. Засыпьте рис и помешайте, через несколько минут налейте вино, 150 мл густого крепкого бульона и посыпьте все шафраном. Убавьте огонь и готовьте, непрерывно помешивая медленными движениями, пока жидкость полностью не впитается в рис, после чего добавьте еще один половник бульона. Продолжайте помеши-

вать рис и маленькими порциями подливать в него бульон по мере того, как предыдущие порции бульона будут впитываться в рис. Когда рис станет достаточно мягким, снимите кастрюлю с плиты, положите в нее оставшееся сливочное масло, посыпьте тертым «пармезаном» и размешайте. Ризотто подают на стол, насыпав немного «пармезана» на край тарелки.

PELLEGRINO ARTUSI
LA SCIENZA IN CUCINA E L'ARTE DI MANGIAR BENE

Жаркое из курицы и свинины с рисом

Diabo

Для приготовления этого блюда, родина которого Португалия, рис готовится так же, как для плова (см. стр. 20). *Зеленая горчица — весьма пикантное растение, которое вы можете приобрести в магазинах, специализирующихся на продаже продуктов восточной кухни. Обычно горчица хранится в рассоле, поэтому ее необходимо вымочить в воде, прежде чем приступить к приготовлению блюда.*

На 6—8 порций

рис	300 г
курица, разделанная на 10 частей	1 кг
постная свинина, нарезанная на большие кубики	400 г
свиное сало	130 г
большая луковица, нарезанная	1 шт.
соль и перец	
лавровый лист	2 шт.
гвоздика, завернутая в кусок муслина	3 шт.
уксус	1 ст. л.
свежемолотый душистый перец, пимент	
томатное пюре	100 мл
зеленая горчица или другая зелень	750 г

На сковороде растопите сало и обжарьте репчатый лук, пока он не станет золотистым, после чего положите куски курицы, свинину, посолите, поперчите, положите лавровый лист, гвоздику, добавьте уксус, положите томатное пюре и бросьте щепотку пимента. Накройте сковороду крышкой и тушите мясо на медленном огне в течение 45 мин или же до тех пор, пока мясо не станет мягким; долейте воды, если сока, который даст мясо, будет недостаточно.

За 30 мин до того, как жаркое будет готово, начните варить рис; за 10 мин до конца приготовления жаркого положите свежую горчицу в воду вымачиваться. Разложите готовый рис на предварительно нагретом сервировочном блюде, сверху положив листья горчицы. Выньте из жаркого гвоздику. Полейте им рис и зелень и подайте на стол.

MARIA ODETTE CORTES VALENTE
COZINA REGIONAL PORTUGUESA

Рис по-каталонски

Arros à la Catalane

На 6 порций

рис	500 г
свиная отбивная, свиное филе или свиная филейная часть без костей	400—500 г
оливковое масло	2 ст. л.
репчатый лук, нарезанный	1 шт.
томатное пюре	2—3 ст. л.
«чорисо» или любой другой вид острой копченой колбасы, нарезанный кубиками	150 г
лущеный зеленый горох	30 г
чеснок, нарезанный	3 зубчика
молотый шафран	1/4 ст. л.
бульон или вода	1—1,5 л
соль и перец	

В большой, глубокой сковороде обжарьте свинину на оливковом масле на умеренном огне в течение приблизительно 2 мин. Добавьте репчатый лук и жарьте еще 3 мин, пока лук не станет прозрачным. Добавьте томатное пюре, нарезанную на кубики колбасу и долейте немного воды. Тушите в течение 10 мин, затем положите в сковороду горох и чеснок. Доведите смесь до кипения, засыпьте рис, бросьте щепотку шафрана и налейте бульона или воды. Варите 15—20 мин или до тех пор, пока рис не станет мягким и не впитает в себя всю жидкость. Соль и перец добавьте в готовое блюдо по вкусу.

MARIE-THÉRÈSE CARRÉRAS AND GEORGES LAFFORGUE
LES BONNES RECETTES DU PAYS CATALAN

Ризотто с «пармезаном»

Risotto alla Parmigiana

На 4 порции

овальный рис	500 г
маленькая луковица, нарезанная	1 шт.
сливочное масло	80 г
крепкий густой бульон *(см. стр. 165)*	1,5 л
«пармезан», натертый	60 г

Положите на сковороду 40 г сливочного масла и обжарьте лук до тех пор, пока он не станет золотистым. Насыпьте в жареный лук рис и через несколько минут налейте 150 мл бульона. Постоянно помешивайте смесь, постепенно подливая в нее бульон по мере того, как он будет впитываться в рис. Когда рис готов, т. е. при проверке его «на зубок» он больше не кажется сухим и жестким, снимите сковороду с плиты, добавьте в рис оставшееся сливочное масло, предварительно нарезанное на мелкие кусочки, и посыпьте тертым «пармезаном». Все хорошенько перемешайте и подайте на стол.

STELLA DONATI
LE FAMOSE ECONOMICHE RICETTE DI PETRONILLA

Ризотто с лисичками

Risotto de Chanterelles

На 4 порции

овальный рис	400 г
грибы лисички	500 г
репчатый лук, мелко нарезанный	3 шт.
чеснок, мелко нарезанный	1 зубчик
оливковое масло	3 ст. л.
паприка	
сливочное масло	100 г
тертая морковь	2 шт.
соль и перец	
молотый шафран	
кипящий крепкий мясной бульон *(см. стр. 165)*	1 л
смесь из мелко нарезанной зелени петрушки, эстрагона, лука-резанца и кервиля	2 ст. л.
«памезан» или «грийер», тертый	60 г

Возьмите одну луковицу, мелко нарежьте и слегка обжарьте вместе с чесноком на растительном масле, добавив щепотку паприки. Затем положите на сковороду, в которой жарится лук, грибы, накройте крышкой и жарьте в течение 12 мин на медленном огне. Снимите с огня и поставьте в теплое место, чтобы грибы не остыли.

Растопите в глубокой, массивной кастрюле 40 г сливочного масла и, непрерывно помешивая, насыпьте в нее оставшийся репчатый лук. Положите рис и, продолжая помешивать, обжарьте его, пока он не приобретет легкого золотистого цвета. Затем бросьте в кастрюлю морковь, перемешайте ее с рисом и добавьте жареные лисички. Посолите и поперчите. Бросьте в блюдо щепотку шафрана и залейте кипящим крепким бульоном (в объеме примерно в два раза превосходящем объем риса). Накройте кастрюлю крышкой и, не перемешивая больше, поставьте ее в духовку, нагретую до температуры 180° С.

Приблизительно через 20 мин выньте кастрюлю из духовки, добавьте оставшееся сливочное масло, зелень петрушки, эстрагона, лук-резанец, кервиль, посыпьте тертым сыром и осторожно помешайте. Снова поставьте блюдо в духовку, не накрывая крышкой, на 5 мин, затем достаньте, перемешайте и подайте на стол очень горячим.

F. AND T. RARIS
LES CHAMPIGNONS, CONNAISSANCE ET GASTRONOMIE

Ризотто с зеленым горохом

Risi e Bisi

«Ризи э бизи» — венецианское блюдо — готовят не так, как обыкновенное ризотто. Для этого блюда требуется гораздо больше жидкости, чем обычно; его нельзя долго перемешивать, иначе горох превратится в кашу. Кроме того, это блюдо едят вилками, а не ложками, поэтому его консистенция должна быть гуще, чем у обычного ризотто. Чтобы блюдо получилось менее сытным, рис варят в соленой воде, а не на бульоне. «Ризи э бизи» — легкая пища, идеально подходящая для тех, у кого проблемы с желудком.

На 4—6 порций

овальный рис	400 г
зеленый горох, лущеный	1 кг
небольшая луковица, порезанная	1 шт.
сливочное масло	40 г
ветчина с одинаковым количеством жира и постного мяса, нарезанная	60 г
горячий куриный или мясной бульон	около 1,75 л
«пармезан», тертый	60 г

Растопите около 15 г сливочного масла и обжарьте на нем репчатый лук, пока он не станет мягким. Положите кубики ветчины. Дождитесь, пока жир, содержащийся в ветчине, растает, и добавьте лущеный зеленый горох. Когда горох впитает в себя масло и жир, налейте в кастрюлю полный половник горячего бульона, дождитесь, пока он закипит, и засыпьте рис. После чего подлейте еще немного бульона — примерно 600 мл — и варите на медленном огне, не помешивая. Не дожидаясь, пока вся жидкость впитается в рис, добавьте еще один половник бульона. Когда рис будет готов, положите в него 30 г сливочного масла и такое же количества тертого «пармезана», перемешайте и подайте на стол. В отдельной посуде подайте оставшийся «пармезан».

ELIZABETH DAVID
ITALIAN FOOD

Ризотто с белым трюфелем

Risotto aux Truffes

Чтобы можно было в полной мере насладиться изысканным вкусом трюфелей, их принято подавать на стол в сочетании с весьма простыми, бесхитростными блюдами. Лучше всего трюфеля сочетаются с обыкновенным вареным рисом, заправленным сливочным маслом и тертым сыром. Но если вы отдаете предпочтение ризотто, то здесь мы представляем вам рецепт приготовления простого ризотто.

На 4 порции

овальный рис	400 г
белый трюфель, нарезанный на тонкие ломтики	1 шт.
репчатый лук, мелко нарезанный	1 шт.
сливочное масло	90 г
соль и перец	
белое вино	100 мл
крепкий горячий мясной бульон *(см. стр. 165)*	1,5 л
«пармезан» или «грийер», тертый	75 г

Возьмите три четверти всего сливочного масла, растопите его и обжарьте на медленном огне репчатый лук. Затем положите рис, обжарьте его в течение нескольких минут, непрерывно помешивая, посолите, поперчите, увеличьте нагрев и за-

лейте рис белым вином. Помешайте и готовьте до тех пор, пока все вино не выкипит. Затем половником налейте горячий бульон, добавляя его маленькими порциями и время от времени помешивая. Через 15—18 мин ризотто готово. Снимите кастрюлю с плиты и заправьте блюдо тертым «пармезаном» и оставшимся сливочным маслом. Снова помешайте, затем подайте на стол, сверху положив ломтики трюфеля.

F. AND T. RARIS
LES CHAMPIGNONS, CONNAISSANCE ET GASTRONOMIE

Ризотто с капустой

Riz au Chou

На 4 порции

овальный рис	300 г
кочан капусты, разрезанный пополам; удалить кочерыжку, обрезать внешние листья; кочерыжку и прожилки выбросить, капусту мелко нарубить	750 г
оливковое масло	
копченая грудинка, нарезанная на маленькие кубики	125 г
репчатый лук, крупно нарезанный	2
соль и перец	
«грийер», тертый	60 г

Возьмите глубокую кастрюлю и нагрейте в ней оливковое масло. Когда масло зашипит, положите грудинку и репчатый лук. Затем добавьте белокочанную капусту и обжаривайте ее в течение 15 мин, непрерывно помешивая деревянной ложкой.

Засыпьте рис. Тщательно перемешайте и готовьте в течение 10 мин, не накрывая крышкой, затем залейте рис и капусту кипящей водой, посолите смесь и накройте кастрюлю крышкой. Варите рис на медленном огне в течение приблизительно 25 мин. В конце снимите крышку, добавьте тертый сыр и осторожно перемешайте его с рисом при помощи вилки. Переложите ризотто в предварительно нагретое сервировочное блюдо и подайте на стол очень горячим.

MYRETTE TIANO
PATES ET RIZ

Ризотто с соком сепий

Risotto al Nero di Seppie

Сепий (каракатиц) чистят так же, как кальмаров (см. стр. 28). *Пузырь, в котором содержится жидкость, выпускаемая сепией, нетрудно обнаружить среди прочих внутренностей, которые следует выбросить. Если для приготовления этого блюда вы используете свежих сепий, жидкость, находящаяся в пузыре, выльется, как только вы его разорвете. Если же вы купили свежезамороженных сепий, жидкость нужно разморозить, предварительно вынув из пузыря и залив столовой ложкой кипящей воды, бульона или вина. Для приготовления рыбного бульона возьмите 1 кг рыбьих голов, костей и обрезков, промойте их в воде и мелко нарежьте, затем возьмите одну морковь, одну луковицу, одну штуку лука-порея, одну веточку сельдерея и пучок зелени,. положите все в кастрюлю и налейте 2,5 л воды. Посолите и варите при слабом кипении, пока на поверхности не появится пенка. Снимайте пенку всякий раз, как она будет появляться снова. Когда пенка больше не будет возникать, уменьшите нагрев и варите на медленном огне в течение 30 мин. Слейте бульон.*

На 6 порций

овальный рис	600 г
сепии, очищенные и нарезанные на полоски; один пузырь с жидкостью сохранить	850 г
сухое белое вино	1/4 л
чеснок, мелко нарезанный	1 зубчик
лавровый лист	2 шт.
оливковое масло	125 мл
луковица, мелко нарезанная	1 шт.
рыбный бульон; довести до кипения	около 1,5 л
соль и перец	
зелень петрушки, нарубленная	2 ст. л.
сливочное масло, разрезанное на маленькие кусочки	100 г
«пармезан», тертый	75 г

Отлейте половину вина и разбавьте им сок сепии. Возьмите половину оливкового масла, налейте его в сковороду и слегка обжарьте на нем чеснок и лавровый лист. Когда чеснок станет золотистым, выньте все из сковороды и нарежьте лавровые листья. Увеличьте нагрев, положите на сковороду полоски сепий, а через несколько минут добавьте разведенную вином жидкость и нарезанный лавровый лист. Помешайте, убавьте огонь и готовьте, не накрывая крышкой, в течение 15 мин.

Пока сепии готовятся, возьмите другую посуду и приготовьте в ней ризотто. На оставшемся оливковом масле обжарьте лук, пока он не станет мягким. Затем засыпьте рис и обжарьте его на среднем огне, непрерывно помешивая. Через некоторое время залейте рис оставшимся вином, подождите, пока вино испарится, и налейте немного бульона. Варите рис около 15 мин, время от времени помешивая и добавляя новые порции бульона в случае необходимости.

Когда рис будет практически полностью готов, добавьте в него сепий в соку, посолите, поперчите, перемешайте и готовьте, не накрывая крышкой, в течение еще 18—20 мин. Затем посыпьте ризотто нарубленной зеленью петрушки, заправьте кусочками сливочного масла и тертым «пармезаном» и хорошенько все перемешайте.

LUIGI VOLPICELLI AND SECONDINO FREDA
L'ANTIARTUSI: 1000 RICETTE

Ризотто с кальмарами и омарами

Risotto con Moscardini e Scampi

«Москардини» — *это маленькие кальмары, которые водятся в Генуе. Для приготовления этого блюда нужны самые маленькие кальмары, желательно не превышающие 5 см в длину. Как очистить и приготовить кальмаров, рассказано на стр. 28.*

Соус, предназначенный для этого ризотто, можно использовать для спагетти или любого другого вида макаронных изделий.

На 6 порций

овальный рис	600 г
«москардини», или маленькие кальмары	3 шт.
омары норвежские или креветки большого размера, свежие или готовые	10 шт.
вода	1,5 л
соль	
морковь, очищенная от кожицы и нарезанная кубиками	2 шт.
луковица, нарезанная кубиками	1 шт.
веточки сельдерея, нарезанные кубиками	4 шт.
сливочное масло	60 г
растительное масло	5—6 ст. л.
помидоры, ошпаренные, очищенные от кожицы и семян и нарезанные	350 г
зелень петрушки, нарубить	4 ст. л.
чеснок, мелко нарезанный	2 зубчика
базилик, мелко нарубленный	2 ст. л.
зеленый горох, лущеный	500 г
хорошее сухое белое вино	350 мл
сливочное масло	60 г
«пармезан», тертый (необязательно)	30 г

Для приготовления овощного отвара, в котором будет вариться рис, налейте в большую кастрюлю воды, посолите, положите морковь, репчатый лук и сельдерей и варите их на медленном огне в течение 30 мин.

Подготовьте «москардини»: оторвите кальмарам голову и выньте пузырь с жидкостью. Головы отложите, а мякоть нарежьте полосками и кружками.

Возьмите глубокую кастрюлю, в которой будет вариться рис, положите в нее кусок сливочного масла и налейте немного растительного масла. Поставьте кастрюлю на плиту, а когда сливочное масло растает, положите помидоры. Смешайте вместе зелень петрушки, чеснок и базилик и добавьте это к помидорам. Готовьте, непрерывно помешивая, пока чеснок не станет темным. Затем добавьте «москардини» вместе с головами и зеленый горох, после чего убавьте огонь. Если соус получится слишком густым, подлейте в него несколько столовых ложек овощного отвара.

Если для этого блюда вы достали свежих омаров, пришло время сварить их, поэтому бросьте их в овощной отвар и готовьте 5 мин. Затем достаньте омаров из кастрюли, процедите и остудите. Удалите у вареных омаров головы (они еще пригодятся вам для того, чтобы украсить блюдо), очистите тельце и добавьте в соус. Продолжайте готовить соус на медленном огне, следя за тем, чтобы он не пригорел ко дну кастрюли. Когда «москардини» и горох станут мягкими, засыпьте в кастрюлю рис и помешайте, чтобы он равномерно пропитался соусом. Маленькими порциями налейте белое вино. Как только вино полностью впитается в рис, постепенно залейте в кастрюлю горячий овощной отвар (предварительно процеженный) и варите рис до полной готовности: рис должен стать мягким, но не развариться до состояния каши.

Прежде чем подать ризотто на стол, заправьте рис сливочным маслом и посыпьте тертым «пармезаном». Однако помните, что истинные гурманы никогда не добавляют сыр в рыбные блюда. Подавать ризотто на стол следует очень горячим, украсив головами омаров, разложенными вокруг риса.

MARIÙ SALVATORI DE ZULIANI
LA CUCINA DI VERSILIA E GARFAGNANA

Ризотто с кальмарами и зеленью мангольда

Risotto con Bieta e Seppie

О том, как чистить и готовить кальмаров, вы можете прочитать на стр. 28.

На 6 порций

овальный рис, промытый	600 г
Шведский мангольд, промытый под струей воды, обсушенный и крупно нарезанный	250 г
кальмары, нарезанные на тонкие ломтики	3 шт.
растительное масло	6 ст. л.
зелень петрушки, нарубленная	6 ст. л.
чеснок, нарезанный	2 зубчика
сухое белое вино	175 мл
соль и перец	
тертый мускатный орех	
помидоры, ошпаренные, очищенные от кожицы и нарезанные на кусочки	350 г
крепкий бульон, желательно рыбный, доведенный до кипения	1,5 л

В глубокой кастрюле нагрейте растительное масло, положите петрушку и чеснок. Когда они обжарятся, добавьте в кастрюлю кальмаров и готовьте на медленном огне в течение минимум 20 мин. Затем залейте их белым вином. Добавьте соль, перец и тертый мускатный орех. Когда вино полностью впи-

тается в смесь, положите шведский мангольд и готовьте его в течение 10 мин, чтобы смесь успела пропитаться ароматом зелени, после чего добавьте помидоры. Затем засыпьте в кастрюлю рис, хорошенько перемешайте и маленькими порциями налейте в кастрюлю бульон, не прекращая помешивать до тех пор, пока рис не достигнет полной готовности. Рис должен получиться мягким и нежным, но не развариться до состояния однородной массы.

MARIÙ SALVATORI DE ZULIANI
LA CUCINA DI VERSILIA E GARFAGNANA

Рис с кальмарами по-испански

Arroz a la Bruta

В соответствии с данным рецептом, сок кальмаров окрашивает рис в черный цвет в процессе приготовления. О том, как нужно чистить и готовить кальмаров, рассказывается на стр. 28. Пузырь с жидкостью нетрудно различить среди прочих внутренностей, которые останутся после разделки кальмара.

На 4 порции

рис	250 г
кальмар большого размера, весом от 500 до 750 г, или сепия — очистить, пузырь с жидкостью сохранить, а тельце порезать кружками	1 шт.
растительное масло	
большая луковица, нарезанная	1 шт.
помидор, ошпарить, очистить от кожицы, удалить семена и порезать	1 шт.
чеснок, мелко нарезанный	3 или 4 зубчика
зелень петрушки, мелко нарубленная	3 ст. л.
соль и перец	
красный стручковый перец	
толченая корица	
кипяток	около 1/2 л

Возьмите жаростойкую керамическую посуду, налейте в нее растительное масло и нагрейте, после чего положите репчатый лук, помидоры, чеснок и петрушку и слегка их обжарьте. Затем положите в кастрюлю кальмаров, слегка посолите, поперчите, добавьте немного красного стручкового перца и корицы, накройте крышкой и варите в собственном соку в течение 30 мин на медленном огне.

Затем засыпьте рис и дайте ему некоторое время повариться в соке кальмаров, после чего залейте кипящей водой, увеличьте нагрев и снова доведите воду до кипения.

Пока рис варится, возьмите пузырь с жидкостью, оставшийся после разделки кальмаров, разорвите его, вылейте жидкость в чашку и разведите ее несколькими столовыми ложками горячей воды, в которой готовятся рис и кальмары. Когда вода в кастрюле начнет закипать, вылейте в нее жидкость из чашки. Хорошенько перемешайте, накройте рис крышкой и продолжайте варить в течение 15—20 мин, добавляя в случае необходимости кипящую воду, до тех пор, пока он не станет мягким. У вас получится очень сухой рис черного цвета.

JUAN CASTELLÓ GUASCH
BON PROFIT! EL LIBRO DE LA COCINA IBICENCA

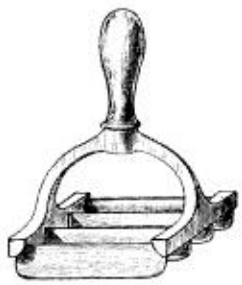


Рис со шпинатом

Spanakorizo

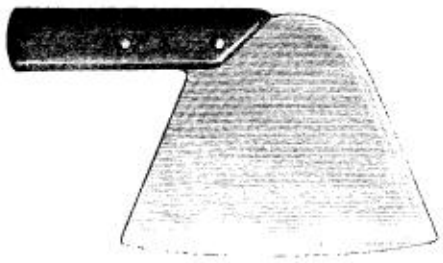
Сходное блюдо, называемое «прассорисо», готовится из риса и лука-порея: нужно взять вместо шпината 750 г нарезанного лука-порея и положить лук одновременно с водой.

На 6—8 порций

овальный рис	125 г
шпинат; стебли удалить, зелень вымыть и высушить	1 кг
оливковое масло или 30 г сливочного масла	2 ст. л.
маленькая луковица, нарезанная	1 шт.
томатный соус или процеженные консервированные томаты	125 мл
вода	100 мл
зелень петрушки, нарубленная	4 ст. л.
свежая мята, нарубленная	2 веточки
соль и свежемолотый перец	
мускатный орех	
тонкие ломтики бекона, поджаренные на сковороде до образования корочки и растолченные (необязательно)	3 шт.
яйца, сваренные вкрутую и порезанные (необязательно)	4 шт.
лимон, нарезанный дольками	1 шт.

В эмалированной кастрюле нагрейте растительное масло или растопите сливочное, положите репчатый лук и готовьте его на медленном огне до тех пор, пока он не станет мягким и прозрачным. Затем засыпьте рис, некоторое время поджаривайте его, непрерывно помешивая, после чего залейте томатным соусом или добавьте консервированные томаты и налейте воды. Накройте кастрюлю крышкой и варите рис при медленном кипении до тех пор, пока он весь не станет мягким (около 10 мин). Снимите крышку, добавьте шпинат, петрушку и мяту, помешайте, посолите и поперчите. Оставьте кастрюлю слегка приоткрытой и продолжайте варить, помешивая деревянной ложкой, пока шпинат не станет мягким. Потрите немного мускатного ореха, посыпьте им рис и продолжайте готовить. Когда вся жидкость впитается и *«спанакорисо»* станет мягким, но не вязким, снимите кастрюлю с плиты и положите под крышку сухую салфетку. Когда рис будет готов, переложите *«спанакорисо»* на предварительно нагретое сервировочное блюдо, посыпьте сверху кусочками жареного бекона и, по желанию, украсьте кусочками яйца и дольками лимона. *«Спанакорисо»* подают на стол горячим.

VILMA LIACOURAS CHANTILES
THE FOOD OF GREECE



Поло из широких бобов с укропом

Sheved Baghala

Если для приготовления данного блюда вы используете свежие бобы небольших размеров, их можно не вымачивать.

На 8 порций

продолговатый рис, промытый и вымоченный в воде в течение минимум 2 ч	400 г
свежие широкие бобы или 125 г сухих бобов; сухие бобы замочить с вечера в воде и варить в течение 2 ч или же до тех пор, пока они не размягчатся	1 кг
соль	
горячая вода	4 ст. л.
шафран (необязательно)	1/4 ч. л.
сливочное масло	125 г
свежий укроп; стебли удалить, листья мелко нарубить	1 пучок

Если вы используете для приготовления поло свежие бобы, выньте их из стручков и положите бобы вымачиваться в холодную воду на 1—2 ч. Снимите с них кожицу — после вымачивания, это можно сделать без особого труда.

Налейте в глубокую кастрюлю холодную воду, поставьте ее на сильный огонь и доведите воду до кипения. Засыпьте рис, бросьте в воду 2 ст. л. соли и положите бобы. Варите при сильном кипении, не накрывая крышкой и непрерывно помешивая, в течение 7—8 мин, после чего снимите кастрюлю с плиты и откиньте рис и бобы на дуршлаг. Промойте под струей воды.

В посуду, в которой варился рис, налейте горячую воду, бросьте шафран (по желанию), положите сливочное масло, добавьте 1/2 ч. л. соли и доведите воду до кипения. Половину жидкости отлейте в чашку и отставьте в сторону.

Добавьте в рис мелко нарезанную зелень укропа и снова положите его в кастрюлю, проделав ручкой деревянной ложки глубокое отверстие посередине. Накройте кастрюлю крышкой, поставьте на средний огонь и готовьте в течение 5 мин; снимите крышку, полейте рис оставшейся жидкостью, затем накройте крышкой и припустите рис на очень медленном огне в течение приблизительно 40 мин.

Снимите кастрюлю с плиты и поставьте ее охлаждаться на холодную поверхность приблизительно на 5 мин, чтобы от дна кастрюли отстала корочка. Затем откройте крышку и разложите рис на сервировочном блюде. Удалите корочку и положите ее по краям или поверх риса.

DAISY INY
THE BEST OF BADGHDAD COOKING

Рис по-персидски с чечевицей и курицей

На 4—6 порций

продолговатый рис	250 г
нелущеная чечевица	150 г
куриные грудки, очищенные от костей и кожи и нарезанные кубиками толщиной в 1 см	3 шт.
курага, крупно нарезанная	60 г
вода	2,25 л
соль	3 ст. л.
бланшированный и нарезанный пластинками миндаль или соленые орешки пекана, крупно накрошенные	60 г
несоленое сливочное масло	300—350 г
луковица среднего размера, нарезанная	1 шт.
перец	1 ч. л.
свежий укроп, нарубленный	3 ч. л.

За 30 мин до начала приготовления блюда залейте курагу водой и оставьте ее вымачиваться — в том случае, если курага достаточно мягкая, начните вымачивать ее одновременно с началом варки чечевицы.

Доведите 3/4 литра воды до кипения и хорошенько посолите ее, добавив 1 ст. л. соли. Затем засыпьте чечевицу и варите ее до полуготовности — приблизительно в течение 30 мин. Снимите чечевицу с плиты, откиньте на дуршлаг, подставьте под струю теплой воды и промойте.

Обжарьте орехи на 60 г сливочного масла. Когда они приобретут золотистый цвет, уберите их со сковороды, оставив масло. На нем обжарьте репчатый лук, добавив в случае необходимости еще немного масла, до тех пор, пока он не станет мягким и не начнет коричневеть. Снимите лук со сковороды и отложите его в отдельную посуду вместе с жареными орехами.

Доведите до кипения 1,5 л воды и хорошенько посолите ее, добавив 2 ст. л. соли. Засыпьте рис. Пока вода снова не вскипит, не переставайте помешивать рис деревянной ложкой, чтобы он не прилип ко дну кастрюли. Когда вода закипит, прекратите помешивать и варите еще 7—8 мин или же до тех пор, пока рис не достигнет полуготовности. Затем откиньте рис на дуршлаг и промойте под струей очень горячей воды.

Хорошенько процедите рис и чечевицу, переложите их в одну посуду, поперчите и осторожно перемешайте при помощи двух вилок, чтобы равномерно распределить рис в чечевице.

Растопите 250 г сливочного масла. Отмерьте одну четверть и налейте топленое масло в четырехлитровую массивную кастрюлю. Поверх масла очень осторожно выложите горкой рис и чечевицу. Полейте их сверху остатком масла. Накройте кастрюлю куском чистой, сложенной в несколько слоев ткани и плотно закройте ее крышкой. Поставьте кастрюлю на медленный огонь приблизительно на 1 ч. Затем откройте кастрюлю и оставьте рис с чечевицей готовиться без крышки в течение еще 5 мин, чтобы они могли подсохнуть. Проверьте, достаточно ли соли, посолите, если это необходимо.

Когда рис и чечевица готовы, выньте курагу из воды и отожмите ее руками. Затем возьмите нарезанные кубиками куриные грудки, предварительно размороженные до ком-

натной температуры, положите их в смесь риса с чечевицей и осторожно размешайте при помощи вилки: смесь достаточно горячая, чтобы мясо могло быстро приготовиться в ней.

Как только вы положили мясо в рис, добавьте в него орехи, лук, курагу и укроп. Осторожно размешайте, стараясь не повредить хрустящую корочку, образовавшуюся на дне. Подавать на стол следует непосредственно после приготовления блюда, положив поверх каждой порции немного хрустящей, поджаристой корочки.

JOSÉ WILSON (EDITOR)
HOUSE AND GARDEN'S PARTY MENU COOKBOOK

Рисовые шарики

Suppli

«Суппли» — это крокеты из риса, начиненные «моццареллой» и ломтиком ветчины или же вареной колбасы. Лучше всего готовить рисовые шарики из остатков ризотто *(см. стр. 22)* — они получаются такими вкусными, что при приготовлении ризотто мы советуем вам варить его больше, чем требуется, чтобы всегда иметь под рукой оставшийся рис для приготовления «суппли».

На 4—6 порций

оставшийся вареный овальный рис или остатки ризотто	около 500 г
яйца, слегка взбитые	2 шт.
ветчина, нарезанная тонкими ломтиками и разрезанная на маленькие квадратные кусочки	100 г
«моццарелла», тонко нарезанный и разрезанный на маленькие квадратные кусочки	100 г
мелкая хлебная крошка, толченые сухари	
растительное масло или жир	

Разбейте яйца и смешайте их с рисом, чтобы связать его. Столовой ложкой зачерпните рис и выложите его себе на ладонь; поверх риса положите кусочек ветчины и кусочек сыра. Зачерпните еще одну столовую ложку риса, накройте им начинку и скатайте из риса шарик размером с небольшой апельсин так, чтобы ветчина и сыр были полностью покрыты рисом. Очень осторожно обваляйте каждый крокет в раскрошенных сухарях, затем обжарьте их во фритюре из кипящего растительного масла или растопленного жира, поворачивая и переворачивая шарики так, чтобы они со всех сторон стали ровного коричневого цвета. Просушите их, выложив на оберточную бумагу или салфетку. Сыр, находящийся внутри, должен расплавиться и, если разрезать крокет, должен тянуться, образуя длинные нити, благодаря которым это блюдо и получило название *«suppli al telefono»*, что по-итальянски означает «телефонные провода». Поэтому твердые сорта сыра вроде «грийера» не подходят для начинения рисовых шариков.

ELIZABETH DAVID
ITALIAN FOOD

Малайский жареный рис

Nasi Goreng

В состав этого блюда, являющегося одним из самых известных блюд малайской кухни, всегда входят креветки, придающие ему особый пикантный привкус. В остальном допускаются некоторые вариации. В Китае рис готовят со свининой, искусно украшают его полосками омлета, нарезанными «перьями» лука, острым чили и петрушкой и подают на стол под густым соусом «чили». В Малайзии для приготовления этого блюда используют говядину и репчатый лук, а иногда добавляют зеленый горох. Рис подают на стол, выложив на блюдо горкой, по краям которой раскладывают нарубленные листья салата-латука, и украшают чили, нарезанным в форме цветов, а на самый верх горки из риса кладется одно жареное яйцо. В Малайзии это блюдо принято есть с соевым соусом, в котором плавают маленькие кусочки чили. Рецепт, который мы приводим ниже, содержит, по малайским представлениям, слишком много мяса и креветок. Поэтому вы смело можете брать эти продукты в меньшем количестве. В прибрежных малайских деревнях можно встретить «нази горенг», в который вместо мяса кладется рыба. В этом случае лучше заменить мясо 150 г нарезанной рыбы.

На 4 порции

вареный рис	200 г
очищенные креветки	150 г
свинина или говядина; жир обрезать, мясо мелко нарезать	150 г
чеснок, мелко нарезанный	1 зубчик
луковица небольшого размера, мелко нарезанная (необязательно)	5 шт.
«султана» — бессемянный изюм	1 ст. л.
неострый соевый соус	1 ст. л.
Предлагаемый гарнир	
красный репчатый лук — маленькие луковицы, нарезанные кружками или нарубленные и обжаренные	4 шт.
листья салата латука, нарезанные	4 шт.
свежий чили; очистить от семян и нарезать полосками или вырезать из него цветочки	2 шт.
«перья» зеленого лука, мелко нарубленные	3 шт.
омлет из одного яйца; приготовить в форме блина, скатать в рулет и нарезать на полосы; или яичница из 1 яйца	1 шт.
зелень петрушки, нарубленная	1 ст. л.
гренки	

На сковороде поджарьте креветки и мясо с чесноком и репчатым луком, пока они не потемнеют.

Блюдо украсьте, по желанию, красным репчатым луком, латуком, чили, зеленым луком, яйцами, петрушкой и гренками. Подавать на стол следует с «чили», «табаско» или соевым соусом.

ALAN DAVIDSON
SEAFOOD OF SOUTH-EAST ASIA

Жареное ризотто

Risotto al Sato

Это один из способов использовать остатки *«Ризотто по-миланski» (стр. 23)*. Однако жареное ризотто получается гораздо вкуснее из остатков, чем из свежеприготовленного риса, поэтому, готовя *«Ризотто по-миланski»*, мы советуем вам варить его больше, чем требуется, чтобы иметь возможность приготовить второе блюдо.

На 8 порций

остатки *«Ризотто по-миланski»*	1 кг
сливочное масло	60—90 г

Смажьте маслом лист пергамента, положите на него остатки ризотто и слепите из риса 8 лепешек. Возьмите массивную сковороду и растопите в ней 15 г сливочного масла. Положите на сковороду одну лепешку, стараясь не повредить ее. Пока лепешка будет жариться, вращайте сковороду, как при приготовлении омлета, чтобы рис не прилип ко дну сковороды. Затем снимите лепешку со сковороды, переверните и пожарьте с другой стороны. Подобным же образом поджарьте все лепешки, в случае необходимости добавляя на сковороду масла. Подавать на стол непосредственно после приготовления блюда.

OTTORINA PERNA BOZZI
VECCHIA MILANO IN CUCINA

Жареный рис

На 4 порции

вареный вчерашний рис	600 г
говяжье филе, охлажденное	60 г
чеснок, мелко нарезанный	1/4 зубчика
соль и перец	
кукурузная мука	1/2 ч. л.
сахар	1/2 ч. л.
соевый соус	2 ст. л.
растительное масло	5 ст. л.
кусочки корня имбиря, очищенные и нарезанные на тонкие полоски	2 шт.
сладкий зеленый перец, очищенный от семян и нарезанный на тонкие полоски	1 шт.
тонкие ломтики копченого постного бекона, нарезанные кубиками	2 шт.
«перья» зеленого лука, мелко нарубленные	6 шт.
ломтики ветчины, нарезанные кубиками	4 шт.
зелень петрушки или листья кориандра, мелко нарубленные	2—4 ст. л.
яйца	6 шт.

Нарежьте говяжье филе на тонкие куски и смешайте ломтики с нарезанным чесноком, слегка посолите и поперчите, добавьте кукурузную муку, сахар, 1 ст. л. соевого соуса и 2 ст. л. растительного масла. Оставьте мясо в маринаде на некоторое время.

Оставшееся масло нагрейте в большой сковороде. Положите имбирь, сладкий перец, слегка посолите и поперчите и жарьте в течение 1 мин. Руками разомните рис, чтобы отделить зерна друг от друга, и переложите его на сковороду. Когда рис разогреется и станет рассыпчатым, сделайте в центре углубление. Смешайте вместе ломтики ветчины, зеленый лук и кусочки бекона, положите их в углубление и жарьте некоторое время; затем перемешайте их с рисом. Снова сделайте углубление в центре риса, засыпьте в него филе вместе с маринадом и жарьте в течение 30 сек, затем добавьте 2 ст. л. нарубленной зелени петрушки или нарезанные листья кориандра. Жарьте еще 30 сек, затем тщательно перемешайте с рисом. Снова сделайте углубление, разбейте в него яйца и жарьте их до тех пор, пока они не достигнут консистенции яичницы-болтуньи; затем смешайте яйца с рисом. Полейте блюдо оставшимся соевым соусом.

Переложите рис на предварительно нагретое сервировочное блюдо и подайте на стол, украсив, по желанию, остатками петрушки или листьями кориандра.

DOREEN YEN HUNG FENG
THE JOY OF CHINESE COOKING

Шарики из риса с мясом

Boulettes de Kefta au Riz

«Кефта» — это мелко истолченная молодая баранина, смешанная со специями. В Северной Африке мясо толкут в ступке при помощи пестика, но берут его вдвое больше, чем требуется. Когда мясо измельчено, его смешивают с 1 ч. л. молотого цитрамона, 1 ч. л. молотой паприки и 1 ч. л. толченого кориандра. Способ приготовления «кефты» известен от мясников арабов.

На 8—10 порций

рис, промытый и слитый	200 г
«кефта»	500 г
сливочное масло	150 г
репчатый лук, мелко нарезанный	2 шт.
молотый шафран	1/4 ч. л.
черный перец	1/2 ч. л.
вода	500 мл
зелень петрушки, нарубленная	3 ст. л.
лимонный сок	8 ст. л.

Смешайте рис с «кефтой» и слепите из него 20 маленьких шариков. Поставьте на средний огонь глубокую кастрюлю и растопите в ней сливочное масло, по мере приготовления

шариков кладите их в кастрюлю. Когда шарики станут золотисто-коричневого цвета, добавьте репчатый лук, шафран и черный перец. Налейте воды, накройте крышкой и готовьте на среднем огне, помешивая время от времени в течение 40 мин до полной готовности. В конце приготовления добавьте петрушку и лимонный сок. Варите еще несколько минут на медленном огне, затем снимите с плиты, прежде чем соус успеет загустеть.

Если вы приготовили это блюдо ранее и соус охладился и загустел, когда станете разогревать его, долейте немного воды. «Кефту» подают на стол очень горячим.

AHMED LAASRI
240 RECETTES DE CUISINE MAROCAINE

Крокеты из риса во фритюре

Arancine e Suppli di Rizo

Если вы не смогли достать ветчину, ее можно заменить окороком.

Вы можете сделать крокеты с сюрпризом, приготовив отдельно телячью печень, куриную печень и ветчину и наполнив крокеты разной начинкой.

На 6 порций

овальный рис	400 г
репчатый лук, нарезанный на тонкие кружочки	1 шт.
сливочное масло	100 г
крепкий мясной бульон *(стр. 165)*, разогретый	600 мл
«пармезан», натертый	60 г
яйца, взбитые	2 шт.
сушеные грибы, вымоченные в теплой воде в течение 2 ч; минимум трижды смените воду, процедите и тонко нарежьте	30 г
постная телятина, нарезанная кубиками	100 г
куриная печень, нарезанная кубиками	100 г
вареная ветчина, нарезанная кубиками	100 г
соль и перец	
толченые сухари	60 г
растительное масло для фритюра	1,25 л

Поджарьте половину луковицы на 30 г сливочного масла. Засыпьте рис и размешайте его, чтобы все зерна были равномерно покрыты маслом. Небольшими порциями налейте 300 мл горячего бульона. Накройте кастрюлю крышкой и варите на среднем огне в течение 15 мин. За несколько минут до конца варки добавьте в рис «пармезан» и 40 г оставшегося сливочного масла. Тщательно помешайте и снимите кастрюлю с плиты. Оставьте рис охлаждаться, затем разбейте в него яйца.

На остатках сливочного масла поджарьте оставшийся репчатый лук. Положите грибы и готовьте их в течение нескольких минут, затем добавьте в смесь мясо, нарезанное кубиками. Вылейте в сковороду половину оставшегося бульона, слегка посолите и поперчите, закройте крышкой. Готовьте мясо, помешивая его время от времени, в течение минимум 20 мин или же до тех пор, пока бульон не превратится в густой соус. Если жидкость выкипит раньше, подлейте еще 150 мл бульона. Когда смесь будет готова, снимите сковороду с плиты и поставьте охлаждаться.

Слепите из вареного риса шесть шариков или цилиндров. В каждом шаре или цилиндре сделайте углубление и наполните его мясной начинкой. Затем закройте отверстие лишним рисом, обваляйте крокеты в сухарях или хлебной крошке и опустите их на некоторое время во фритюр, приготовленный из растительного масла, — жарьте их около 1,5 мин до тех пор, пока они не станут золотисто-коричневого цвета. Затем положите крокеты сушиться на лист оберточной бумаги или салфетку, после чего их можно подавать на стол.

IL MONDO IN CUCINA:
MINESTRE, ZUPPE, RIZO

Рис с ветчиной и шпинатом

Reis mit Spinat und Schinken

На 4 порции

рис, сваренный	250 г
шпинат, сваренный; слить воду	750 г
сырой окорок, нарезанный кубиками	250 г
сливочное масло, размягченное	30 г
«грийер», натертый	125 г
томатный соус *(стр. 166)*	450 мл

Смешайте еще не успевший остыть шпинат с размягченным сливочным маслом. Возьмите форму для приготовления пудинга, смажьте ее сливочным маслом, разложите слоями рис, ветчину и шпинат, закончив слоем риса. Возьмите половину тертого сыра и посыпьте им рис, затем накройте форму листом пергамента и куском фольги и поставьте готовиться в «водяной бане» в духовку, предварительно нагретую до 180° С приблизительно на 30 мин. Выньте форму из духовки и выложите пудинг на теплое блюдо, полейте сверху томатным соусом и посыпьте оставшимся тертым сыром.

LILO AUREDEN
WAS MÄNNERN SO GUT SCHMECKT

Пудинг из соленой семги с рисом

Laxpudding med Risgryn

Если вы не можете достать соленую семгу, замените ее малосольной копченой семгой или же сырой семгой, которую нужно предварительно посыпать крупной солью, зернами перца и небольшим количеством сахарного песка и поставить в холодильник на 4 ч, поливая рыбу жидкостью, которая будет появляться.

Шведы посыпают семгу смесью соли, сахара и нитрата калия, в результате чего получается продукт, который по-шведски называется *lax* или *rimmad lax*. Засоленная таким образом семга может храниться долгое время. Именно такая рыба нужна для приготовления пудинга из семги с рисом, рецепт которого приведен ниже. Это блюдо хорошо тем, что не требует большого количества рыбы.

На 3—4 порции

рис	175 г
соленая семга, промытая и нарезанная ломтиками	350 г
снятое молоко	1 л
молоко	150 мл
сливочное масло, охлажденное	100 г
яйца; желток отделить от белка, желтки взбить, белки взбить до состояния пены	2 шт.
соль	2 ч. л.
белый перец	1/2 ч. л.
сахар	2 ч. л.
толченые сухари	3 ст. л.

Положите семгу вымачиваться в снятое молоко. Через 3 ч достаньте рыбу из молока, высушите ее, положив на полотенце, и нарежьте кубиками. Молоко вылейте.

Вскипятите 150 мл сырого молока. Засыпьте в него рис и варите, периодически помешивая и подливая в случае необходимости молоко. Примерно через 15 мин снимите кастрюлю с плиты, добавьте 60 г сливочного масла, размешайте и поставьте охлаждаться. Когда рис остынет, смешайте его с взбитыми яичными желтками, кусочками семги, посолите, поперчите и посыпьте сахарным песком.

В последнюю очередь положите в рис взбитые белки. Затем проверьте, достаточно ли соли, и залейте смесь в литровую форму, смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями (2 ст. л.). Поставьте форму в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 1 ч или же до тех пор, пока пудинг не подрумянится сверху. Блюдо подают на стол, полив растопленным сливочным маслом.

ALAN DAVIDSON
NORTHATHLANTIC SEAFOOD

«Кэджери»

На 4 порции

продолговатый рис; сварить, чтобы рис был рассыпчатым и сухим	175 г
копченая пикша, отваренная; удалить кости и кожу, нарезать тонкими ломтиками	175 г
яйца, сваренные вкрутую и мелко нарезанные	2 шт.
соль и свежемолотый перец	
сливочное масло	около 60 г
зелень петрушки или смесь из петрушки и лука-резанца, мелко нарубленная	1 ст. л.

Смешайте вареный рис с рыбой и яйцами, слегка посолите «кэджери» и приправьте большим количеством свежемолотого черного перца. Растопите на сковороде 30—40 г сливочного масла, не дожидаясь, пока масло начнет темнеть, выложите в нее приготовленную смесь и хорошенько перемешайте, чтобы блюдо разогрелось равномерно; можно также положить рис на поднос, в котором предварительно растопить большое количество сливочного масла, и поставить в духовку, нагретую до температуры 170° С.

Когда «кэджери» разогреется, выложите его на плоское сервировочное блюдо, нарежьте оставшееся сливочное масло на куски и положите их поверх риса, сверху посыпьте блюдо нарубленной петрушкой или смесью из петрушки и лука-резанца. «Кэджери» подают на стол очень горячим, со сливочным маслом и тостами.

ELISABETH AYRTON
THE COOKERY OF ENGLAND

Рис с овощами и мидиями по-барийски

Tiedda alla Barese

На 8 порций

мелкозерненный рис	500 г
помидоры, очищенные от кожицы	1 кг
картофель, нарезанный кружками	1 кг
репчатый лук, нарезанный	500 г
кабачок-цукини, нарезанный кружками	500 г
мидии, сваренные и очищенные от раковин	1 кг
сливочное масло	30 г
соль и перец	
толченые сухари	100 г
овечий сыр («пекорино»), натертый	100 г
зелень петрушки, нарубленная	6 ст. л.
чеснок, нарезанный	1 зубчик
оливковое масло	4 ст. л.
крепкий мясной бульон *(см. стр. 165)*	1,25 л

Положите на дно смазанной сливочным маслом формы для выпечки или глубокой керамической посуды слой помидоров и посолите их. Затем, не забывая посолить, положите слой картофеля, слой репчатого лука и цукини и слой ми-

дий, перемежая их слоями сырого риса, а сверху накройте еще одним слоем помидоров. Посыпьте толчеными сухарями, сыром и зеленью петрушки, добавьте чеснок и полейте сверху 2 ст. л. растительного масла. Затем составьте слой из оставшихся овощей и хорошенько посыпьте сверху полученное блюдо толчеными сухарями, сыром и петрушкой. Налейте в него мясной бульон и остатки оливкового масла и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до температуры 230° С, на 1 ч или до тех пор, пока рис и овощи не станут мягкими. Блюдо можно есть как горячим, так и холодным.

LUIGI VOLPICELLI AND SECONDINO FREDA
L'ANTIARTUSI: 1000 RICETTE

Плов с кальмарами

Kalamarakia Pilafi

Как разделывать кальмаров, рассказано на стр. 28.

На 4 порции

продолговатый рис	250 г
кальмары среднего размера, разделанные, натертые солью, промытые и нарезанные кружками толщиной 1—2,5 см	500 г
оливковое масло	4 ст. л.
чеснок, нарезанный	3 зубчика
сухое белое вино	4 ст. л.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и тонко нарезанные	2 шт.
сливочное масло	40 г
зелень петрушки, нарубленная	около 5 ст. л.
мелко нарезанный свежий розмарин или 1 ч. л. сушеного розмарина	1 ст. л.
соль и свежемолотый черный перец	
горячая вода	около 300 мл

На сковороде нагрейте оливковое масло, положите в него кальмаров, чеснок и жарьте в течение 5 мин. Затем полейте вином и положите помидоры, накройте сковороду крышкой и готовьте до тех пор, пока кальмары не станут совсем мягкими (приблизительно 30 мин), после чего переложите содержимое сковороды в посуду для приготовления запеканок.

Далее растопите сливочное масло и обжарьте на нем, непрерывно помешивая, рис до тех пор, пока он не потемнеет. Затем положите рис в посуду с кальмарами, посыпьте его 4 ст. л. петрушки, розмарином и добавьте по вкусу соль и перец. Залейте рис горячей водой (воды нужно взять столько, чтобы рис мог свариться). Накройте крышкой и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 30—40 мин или до тех пор, пока рис не станет мягким. Когда блюдо готово, посыпьте его оставшейся зеленью петрушки и подавайте на стол горячим.

VILMA LIACOURAS CHANTILES
THE FOOD OF GREECE

Рис со свининой и овощами

Arroz Murciano

На 6—8 порций

рис	500 г
постная свинина, нарезанная на куски	500 г
растительное масло	200 мл
чеснок	2 зубчика
сладкий красный перец, очищенный от семян и нарезанный кружками	6 шт.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные	500 г
зелень петрушки, нарубленная	3 ст. л.
толченый шафран	1/2 ст. л.
кипяток	около 1,25 л
соль и свежемолотый перец	

В большой жаростойкой кастрюле поджарьте свинину на растительном масле, пока она не обжарится со всех сторон, затем выньте мясо из кастрюли и отложите в отдельную посуду. В той же кастрюле поджарьте на медленном огне чеснок, пока он не подрумянится, затем выньте его и отложите. Положите в кастрюлю сладкий перец и помидоры и готовьте их около 10 мин.

Растолките чеснок, петрушку и шафран и добавьте полученную пасту в кастрюлю к помидорам и перцу. Затем налейте в нее несколько столовых ложек воды и положите куски свинины. Готовьте еще несколько минут, пока вся жидкость не выкипит, после чего засыпьте в кастрюлю рис, хорошенько размешайте и залейте его кипящей водой. Добавьте немного соли и перца и доведите воду до кипения. Затем накройте кастрюлю крышкой и поставьте в духовку, предварительно нагретую до температуры 170° С, на 1 ч.

MANUAL DE COCINA

Рисовая запеканка по-ломбардски

Timballo di Rizo

На 6—8 порций

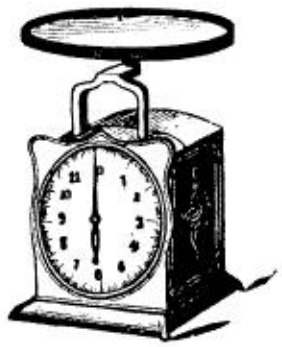
рис	500 г
сливочное масло, нарезанное на куски; держать при комнатной температуре	125 г
«пармезан», только что натертый на терке	5 ст. л.
яичные желтки	4 шт.
толченые сухари	
томатный соус *(см. стр. 166)*	
Мясная начинка:	
телятина без костей; обрезать весь жир и удалить хрящи, дважды провернуть через мясорубку	250 г
постная свинина без костей; обрезать весь жир, дважды провернуть через мясорубку	250 г
куриная печень, почищенная и нарезанная	250 г
сливочное масло	30 г
репчатый лук, мелко нарубленный	4 ст. л.
чеснока, мелко нарезанный	1 зубчик
сладкий красный перец; обжарить, очистить от кожицы, удалить семена и нарезать	75 г
лущеный горох, сваренный	125 г
томатное пюре, приправленное базиликом	4 ст. л.
сухое белое вино	2 ст. л.
соль	1 ч. л.
сахар	1/2 ч. л.
сушеный ореганум	1/2 ч. л.
свежемолотый перец	1/4 ч. л.
соус «табаско»	

Сварите рис в большом объеме подсоленной воды — приблизительно 15 мин или же до тех пор, пока весь рис не станет мягким. Слейте воду и переложите рис в миску. Добавьте сливочное масло, «пармезан» и яичные желтки и помешайте. Возьмите трехлитровую форму или кастрюлю, смажьте ее сливочным маслом и посыпьте дно и края сухарями — постарайтесь не оставлять непокрытых сухарями мест, иначе тимбал не получится. Переложите ложкой две трети приготовленной массы в кастрюлю и придавите рис ко дну и краям посуды, оставив в центре углубление.

Для приготовления начинки растопите в глубокой сковороде сливочное масло, положите в него репчатый лук и чеснок и жарьте, непрерывно помешивая, до тех пор, пока лук не станет мягким и золотистым. Затем положите на сковороду свинину и телятину и тщательно перемешайте, чтобы куски мяса не слипались, после чего добавьте куриную печень и помешайте. Готовьте мясо на медленном огне, периодически помешивая смесь, в течение 15 мин или же до тех пор, пока мясо полностью не приготовится. Добавьте оставшиеся ингредиенты, плесните немного «табаско» и тщательно перемешайте. Готовьте на медленном огне, периодически помешивая, в течение еще 15 мин. Начинка должна получиться густой, но если она становится вязкой, подлейте в нее вино — не более 1 ст. л. за раз.

Ложкой положите начинку в углубление, проделанное в рисе, придавите и разровняйте ее, сверху положите оставшийся рис, разровняйте его и проверьте, плотно ли закрыта начинка. Поставьте форму в духовку, предварительно нагретую до 180° С, примерно на 1 ч или же до тех пор, пока рис не затвердеет. Осторожно извлеките запеканку из формы, предварительно пройдясь лезвием ножа по ее краям, и выложите готовый тимбал на деревянную тарелку. Разрежьте его на куски и сразу же подайте на стол, налив на край тарелки немного томатного соуса.

NICA HAZELTON
THE REGIONAL ITALIAN KITCHEN



Дикий рис с зеленью

Если вы не смогли достать дикий рис, можно заменить его коричневым рисом.

Приготовленный по этому рецепту дикий рис прекрасно дополнит блюдо из нежной жареной телятины или пресной рыбы.

На 4—6 порций

дикий рис	175 г
сливочное масло	125 г
зеленый лук, мелко нарубленный	2 ст. л.
чеснок, мелко нарезанный	2 зубчика
лавровый лист	2 шт.
свежий тимьян, базилик и майоран, нарубленные	по 1 ст. л. каждого
куриный бульон *(см. стр. 165)*	3/4 л
соль	
перец	

В массивной двухлитровой кастрюле растопите сливочное масло. Положите в нее зеленый лук, чеснок и дикий рис и жарьте, непрерывно помешивая, пока лук не станет мягким — около 3 мин. Затем бросьте в рис лавровый лист, тимьян, базилик, майоран и залейте его куриным бульоном. Доведите до кипения, после чего убавьте огонь так, чтобы рис продолжал кипеть, накройте кастрюлю крышкой и варите в течение приблизительно 1 ч или до тех пор, пока рис не станет мягким. Достаньте из риса лавровые листья и выбросьте их. Затем разворошить рис вилкой и продолжайте варить без крышки, пока вся лишняя жидкость не выкипит.

BETH ANDERSON
WILD RICE FOR ALL SEASONS COOKBOOK

«Кастероль» с диким рисом и устрицами

Чтобы извлечь устрицу из раковины, просуньте острие устричного ножа в небольшую щель между верхней и нижней раковиной и поверните лезвие так, чтобы раковина раскрылась. Проведите лезвием вдоль внутренней стороны верхней половины и отделите мышцы, затем подденьте устрицу ножом и выньте ее из нижней половины раковины. Техника приготовления дикого риса представлена на стр. 18.

На 4 порции

вареный дикий рис	350 г
свежие устрицы: очистить от раковин, жидкость сохранить	8 шт.
сливочное масло	90 г
лук-шалот или неедкий репчатый лук, нарубленный	125 г
сельдерей, нарубленный	90 г
молоко	
соль	1 ч. л.
перец	1/4 ч. л.
молотый кардамон	1/4 ч. л.
«эменталь», натертый	175 г

На сковороде растопите 30 г сливочного масла и поджарьте на нем шалот и сельдерей до тех пор, пока они не начнут приобретать золотистый цвет. Смешайте их с диким рисом. Разведите молоком сок устриц так, чтобы в результате у вас получилось 175 мл жидкости. Возьмите кастрюлю на 1,25 л, смажьте ее изнутри сливочным маслом и разложите слоями дикий рис и устрицы, закончив слоем риса. В смесь молока и устричного сока добавьте соль, перец и молотый кардамон и залейте ею содержимое кастрюли. Сверху посыпьте блюдо тертым сыром. Остаток масла растопите и полейте им сыр. Поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до температуры 200° С, на 25 мин или до тех пор, пока плавленый сыр не начнет коричневеть.

JOSÉ WILSON (EDITOR)
HOUSE AND GARDEN'S COOKBOOK

Дикий рис с молодым горошком

Способ приготовления дикого риса представлен на стр. 18.

На 6 порций

вареный дикий рис	175 г
маленький молодой горошек: облущить, сварить, пока он не станет мягким, и процедить	850 г
сливочное масло	40 г
миндаль, бланшированный; расщепить	60 г
апельсиновые корки, натертые	1 ст. л.

В двухлитровой кастрюле растопите сливочное масло, положите миндаль и смешайте его с маслом, после чего поставьте кастрюлю в духовку, предварительно нагретую до 170° С, на 10—15 мин и готовьте, периодически помешивая, до тех пор, пока миндаль не поджарится. Затем добавьте в кастрюлю молодой горошек, дикий рис и апельсиновую корку и слегка помешайте. Снова поставьте блюдо в духовку и готовьте без крышки до тех пор, пока все ингредиенты не разогреются — около 15 мин.

BETH ANDERSON
WILD RICE FOR ALL SEASONS COOKBOOK

«Кастероль» с морковью и диким рисом

Способ приготовления дикого риса описан на стр. 18.

Это жирное блюдо из дикого риса с морковью хорошо сочетается с дичью или птицей. Его можно приготовить заранее и положить в холодильник, а в духовку поставить тогда, когда это потребуется: в этом случае «кастероль» нужно готовить на 10 мин дольше, чем обычно.

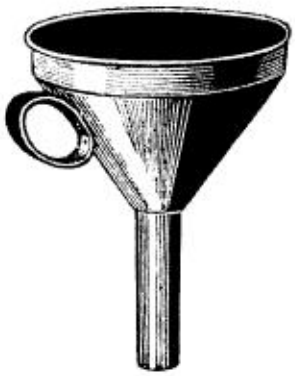
На 6 порций

дикий рис, сваренный	175 г
морковь, натертая на мелкой терке	200 г
тонкие ломтики постного бекона, мелко нарезанные	4 шт.
сливочное масло	15 г
луковица большого размера, мелко нарезанная	1 шт.
нежирные сливки	1/4 л
яйца, слегка взбитые	1 шт.
соль	1 ч. л.

Поджарьте на медленном огне бекон, добавив, в случае необходимости, немного сливочного масла. Затем снимите бекон со сковороды и отложите. На жире, оставшемся после бекона, поджарьте репчатый лук до тех пор, пока он не станет золотисто-коричневым, после чего засыпьте дикий рис, положите жареный бекон и морковь и хорошенько все перемешайте. Смешайте сливки с яйцами и солью, вылейте смесь на сковороду.

Смажьте изнутри маслом двухлитровую кастрюлю, переложите в нее содержимое сковороды, накройте крышкой и поставьте запекаться в духовку, нагретую до 180°, приблизительно на 30 мин. Затем снимите крышку, помешайте смесь и готовьте без крышки в течение еще 10 мин или же до тех пор, пока рис не затвердеет.

BETH ANDERSON
WILD RICE FOR ALL SEASONS COOKBOOK



Пшеница с мясом

Soweeta

К этому блюду обычно подают свежие овощи или салат; в сочетании с йогуртом это блюдо из пшеничной крупы и мяса является сытной и вкусной пищей.

На 4 порции

недробленая пшеничная крупа, промытая и процеженная	400 г
постная молодая баранина без костей, нарезанная кубиками, толщиной 5 см	750 г
сушеные стручки чили, длиной около 10 см, очищенные от семян	3—6 шт.
корень имбиря, почищенный и мелко нарезанный	125 г
толченый кориандр	60 г
соль	3 ч. л.
рафинированное растительное масло	125 г
репчатый лук; разрезать каждую луковицу вдоль на 2 части и затем нарезать каждую половину на тонкие пластинки одинакового размера	400 г
йогурт, взбитый при помощи вилки	1/4 л
молоко	3/4 л

Нагрейте духовку до температуры 180° С. Положите стручки чили в чашку с горячей водой. В ступке смешайте имбирь, кориандр, добавьте 2 ч. л. соли и мелко истолките их. Затем пересыпьте полученную смесь из ступки на тарелку.

Возьмите жаростойкую кастрюлю среднего размера, налейте в нее 60 г рафинированного растительного масла, нагрейте и поджарьте на нем 125 г репчатого лука до тех пор, пока он не станет хрустящим. Положите кусочки мяса. Помешайте и сразу же посыпьте мясо приготовленной смесью зелени с солью. Жарьте мясо в течение 5 мин на среднем огне, переворачивая куски лопаткой, после чего налейте 0,5 л воды и готовьте при слабом кипении, не накрывая крышкой, пока практически вся жидкость не выкипит. Затем положите в мясо йогурт и остатки лука, помешайте и продолжайте готовить, пока практически весь йогурт не впитается в смесь. Пока мясо варится, налейте в другую кастрюлю 3/4 л воды, посолите и доведите воду до кипения. Засыпьте пшеничную крупу и варите при сильном кипении, не накрывая крышкой, до тех пор, пока вся вода не выкипит — около 30 мин.

Когда весь йогурт впитается в мясо, переложите в него вареную крупу. Налейте в отдельную посуду молоко, разогрейте его, залейте им пшеницу и доведите до кипения. Плотно закройте кастрюлю листом фольги, загнув края, чтобы не проходил воздух, затем накройте крышкой и поставьте в духовку на 30 мин или до тех пор, пока вся жидкость не выкипит. Когда блюдо будет готово, оставьте его в духовке.

Возьмите чашку, в которой вымачиваются стручки чили, вылейте воду, мелко нарежьте чили и посыпьте 1 ч. л. соли. Затем слегка поджарьте их на сливочном масле в течение 5 мин. Жареные чили подаются на стол в качестве соуса к блюду из пшеницы и мяса для любителей острого.

SHIVAJIRAO AND SHALINI DEVI HOLKAR
COOKING OF THE MAHARAJAS

«Касероль» с пшеницей по-марокканси

Orissa

Чтобы приготовить жженый сахар, возьмите 1 ст. л. сахара, разведите его 1 столовой ложкой воды и нагрейте, непрерывно помешивая, пока сахар не растворится в воде. Затем постепенно увеличьте огонь и доведите сироп до кипения. Не перемешивайте. Когда сироп начнет коричневеть, снимите его с огня.

Вы можете использовать для приготовления блюда большее или меньшее количество крупы, однако соотношение крупы к воде должно всегда оставаться 1:2.

На 6—8 порций

недробленая пшеничная крупа	600 г
вода	1,5 л
растительное масло	250 мл
чили, нарезанный	1 ст. л.
сладкий красный перец, нарезанный	1 ст. л.
чеснок, очищенный от кожицы	2 головки
жженый сахар	1 ст. л.
соль	2 ст. л.
говяжья грудинка	500 г
яйца со скорлупой	6—8 шт.
молодой картофель небольшого размера, очищенный (необязательно)	

Сложите все ингредиенты в большую глубокую посуду, плотно закрывающуюся крышкой. В кастрюлю не должен проникать воздух, поэтому, чтобы герметично ее закрыть, замажьте щель между крышкой и краем кастрюли тестом, приготовленным из муки и воды. Можно добавить в тесто несколько капель растительного масла, чтобы легче было открыть крышку после того, как блюдо будет готово. Скатайте из теста узкую полоску и приклейте ее к краю кастрюли перед тем, как положить крышку. Нагрейте духовку до 140° С и тушите жаркое в течение 7 ч или поставьте его готовиться с вечера, чтобы на следующий день разогреть и подать на стол к завтраку.

IRENE F. DAY
KITCHEN IN THE KASBAH

Перловая каша с черной смородиной и изюмом

Herren- und Damen-Brei

На острове Гельголанде это блюдо подают на стол в качестве гарнира к сушеной, соленой пикше.

На 2—3 порции

перловая крупа	100 г
изюм, промытый	125 г
черная смородина, промытая	125 г
соль	
лимон; корки натереть, сок выжать	2 шт.
сахар	

Налейте в кастрюлю 400 мл воды, посолите, засыпьте перловую крупу, положите изюм и черную смородину и варите в течение приблизительно 1 ч. Насыпьте лимонную корку. Лимонный сок и сахар добавьте по вкусу.

JUTTA KÜRTZ
DAS KOCHBUCH AUS SCHLESWIG-HOLSTEIN

Котлеты из копченой трески и ячменной крупы

Kotlety Mielone z Dorsza Wedzonego i Peczaku

На 4 порции

ячменная крупа, промытая	200 г
копченая треска, очищенная от чешуи и костей	400 г
жир	90—100 г
репчатый лук, мелко нарезанный	50 г
яйцо	1 шт.
соль и перец	
толченые сухари	40 г
свежая зелень, мелко нарубленная	
томатный соус *(стр. 166)*	

Залейте ячменную крупу кипящей водой, взятой в объеме приблизительно в три раза превосходящем объем ячменя и положите 20 г жира. Размешайте жир с крупой, накройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне около 45 мин. Когда вся вода впитается в крупу, переложите ячмень на противень и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 1 ч. Затем достаньте из духовки и остудите.

Обжарьте лук на 30 г жира: готовьте его до тех пор, пока он не станет светло-золотистым. Проверните через мясорубку рыбу, вареный ячмень и жареный лук, после чего протрите полученную смесь через мелкое сито. Добавьте в этот фарш яйца, соль и перец, тщательно перемешайте, затем слепите из него 12 котлет и обваляйте их в толченых сухарях. Поставьте сковороду на сильный огонь и на остатках жира поджарьте с обеих сторон котлеты, пока они не приобретут золотисто-коричневого цвета. Разложите готовые котлеты на овальном блюде и посыпьте зеленью. Это блюдо подают на стол с томатным соусом и салатом.

HELENA HAWLICZKOWA
KUCHNIA POLSKA

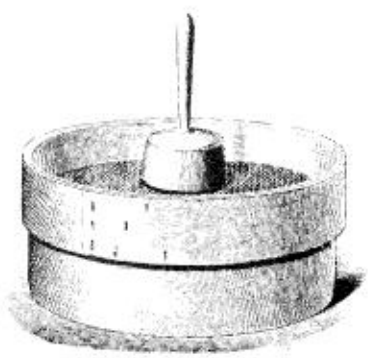
«Касероль» с перловой крупой (из Милдред Оакс)

На 4 порции

перловая крупа	300 г
сливочное масло	150 г
грибы, разрезанные на 4 части	250 г
луковица среднего размера, мелко нарезанная	2 шт.
горячий куриный или мясной бульон *(см. стр. 165)*	около 750 мл
соль	
зелень петрушки, нарубленная	

Растопите в небольшой тяжелой сковороде около 40 г сливочного масла и поджарьте на среднем огне грибы в течение приблизительно 4 мин. Затем переложите грибы в небольшую посуду, положите на сковороду остатки масла, растопите его. Когда пена исчезнет, положите в масло лук и обжарьте его. Когда лук станет мягким, насыпьте на сковороду перловую крупу и жарьте ее, непрерывно помешивая, на среднем огне до тех пор, пока зерна не станут золотистыми. Возьмите полуторалитровую кастрюлю или другую жаростойкую посуду и положите в нее крупу, лук и жареные грибы. Налейте около 350 мл горячего говяжьего или куриного бульона, накройте крышкой и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 30 мин. Затем добавьте в кастрюлю еще 350 мл горячего бульона, снова накройте ее крышкой и поставьте в духовку на 30 мин. Добавьте соль, если это необходимо (бульон должен быть остаточно соленым), и подлейте немного бульона, если вся жидкость впитается в крупу, прежде чем она сварится. «Касероль» подают на стол, посыпав мелко нарезанной петрушкой.

JAMES BEARD
JAMES BEARD'S AMERICAN COOKERY



Пшеничная каша по рецепту м-ра Герберта Боуэра

Для приготовления пшеничной каши промойте 250 г недробленой пшеничной крупы и насыпьте крупу в кастрюлю или глиняную посуду с крышкой. Залейте пшеницу холодной водой в соотношении 1:3 и поставьте с вечера в духовку (пшеница должна готовиться минимум 12 ч), установленную на минимальную температуру. Если, достав кастрюлю из духовки, вы увидите, что зерна не лопнули и крупа не превратилась в густую кашу, поставьте кастрюлю на огонь и варите в течение 5 или более минут, в зависимости от степени готовности.

На 6 порций

пшеничная каша	600 мл
молоко	1,3 л
молотый пимент	1 ч. л.
мука	2 ст. л.

Отлейте 80 мл молока в отдельную посуду, остатками молока залейте пшеничную кашу, доведите до кипения и варите 10—15 мин. Когда каша начнет густеть, посыпьте ее молотым пиментом. Затем разведите муку оставленным холодным молоком и смешайте смесь с пшеничной кашей. Готовьте кашу до тех пор, пока она не станет густой и вязкой, после чего снимите с плиты и подайте на стол.

FLORENCE WHITE (EDITOR)
GOOD THINGS IN ENGLAND

Запеканка из пшена с мясом и грибами по-украински

На 4 порции

пшено	350 г
грибы, промытые и крупно нарезанные	1 кг
постная сырая грудинка или копченый бекон, нарезанные кубиками	100 г
сливочное масло или сало	45 г
репчатый лук, нарезанный	1,5 шт.
вода	550 мл
соль	
мята, мелко нарубленная	1,5 ч. л.

Поджарьте до полуготовности на среднем огне грибы с беконом на сливочном масле или сале — около 2 мин. Положите в них репчатый лук и жарьте еще 1 мин.

Промойте пшено — сначала в теплой, а затем в горячей воде. Процедите. Отмерьте нужное количество воды и вскипятите, после чего засыпьте пшено. Варите крупу до полуготовности — около 45 мин. Затем насыпьте в пшено смесь из жареных грибов, бекона и лука, посолите и помешайте. Возьмите противень для выпечки с краями высотой 20 см, переложите в него пшено и поставьте, не накрывая крышкой, в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 45 мин—1 ч, пока пшено не приготовится. Запеканка должна получиться сухой и хрустящей. Прежде чем подать блюдо на стол, украсьте его мелко нарезанной мятой.

N. I. GEORGIEVSKY, M. E. MELMAN, E. A. SHADURA
AND A. S. SHEMJAKINSKY
UKRAINIAN CUISINE

Блюда из дробленых круп. Блюда из муки и кускуса

Дробленая пшеничная крупа с грибами

На 6 порций

дробленая пшеничная крупа	250 г
грибы, тонко нарезанные	75 г
репчатый лук, нарубленный	90 г
сливочное масло	60 г
куриный бульон *(см. стр. 165)*	900 мл
соль	1 ч. л.
свежемолотый черный перец	

Поджарьте грибы и репчатый лук на сливочном масле, периодически помешивая, в течение 5 мин или до тех пор, пока они не станут коричневеть. Насыпьте дробленую пшеничную крупу и обжарьте ее в течение 5 мин, периодически помешивая. Затем добавьте куриный бульон, посолите и поперчите. Когда бульон закипит, уменьшите температуру, накройте крышкой и варите на медленном огне, периодически помешивая, в течение 30 мин или же до тех пор, пока бульон полностью не впитается в крупу и она не станет мягкой.

PICTURE COOK BOOK

Плов из дробленой пшеничной крупы

Bulgur Pilavi

«Булгуром» *по-турецки называется бургуль, дробленая крупа из вареной пшеницы.*

На 6 порций

крупнозернистый *бургуль*; промыть и слить воду	175 г
сливочное масло	75 г
луковица большого размера, натертая на крупной терке	1 шт.
томатное пюре или 1 маленький помидор, очищенный от кожицы и семян и нарезанный кубиками	1 ст. л.
говяжий или куриный бульон *(см. стр. 165)*	350 мл
соль и свежемолотый перец	

Возьмите массивную сковороду, положите в нее 30 г сливочного масла, высыпьте тертый репчатый лук и обжарьте его, непрерывно помешивая, пока он не станет золотисто-коричневым, — около 6 мин. Добавьте томатный соус или нарезанный

кубиками помидор и готовьте еще 5 мин, после чего налейте бульон, положите оставшееся сливочное масло и добавьте немного соли и перца; доведите до кипения. Затем насыпьте *бургуль*, помешайте, накройте крышкой и варите в течение 5 мин на сильном огне. Затем убавьте нагрев и варите крупу до тех пор, пока бульон полностью не впитается в нее — это займет приблизительно 25 мин. По истечении этого срока снимите сковороду с плиты, откройте, положите сверху салфетку и снова закройте крышкой. Поставьте сковороду в теплое место на 40 мин. Крупа должна получиться рассыпчатой и невязкой.

NESET EREN
THE ART OF TURKISH COOKING

Плов из бургуля

Это пикантное блюдо будет особенно вкусным, если приправить его кэрри.

На 4 порции

бургуль	325 г
сливочное масло	140 г
луковица среднего размера, нарубленная	1 шт.
кипящий крепкий бульон *(см. стр. 165)*	900 мл
соль и перец	

Обжарьте *бургуль* на 125 г сливочного масла в течение приблизительно 5 мин или же до тех пор, пока крупа не пропитается маслом. В отдельной посуде поджарьте на оставшемся масле репчатый лук, пока он не станет мягким и золотистым. Смешайте жареный лук с *бургулем*, залейте их кипящим бульоном и добавьте специи.

Хорошенько все перемешайте и переложите в кастрюлю, смазанную изнутри сливочным маслом. Поставьте, не накрывая крышкой, в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 30 мин, затем осторожно помешайте плов при помощи вилки, после чего снова поставьте в духовку еще на 10 мин: за это время вся жидкость должна выкипеть, а крупа стать рассыпчатой, но не густой.

MARIE KARAM KHAYAT AND MARGARET CLARK KEATINGE
FOOD FROM THE ARAB WORLD

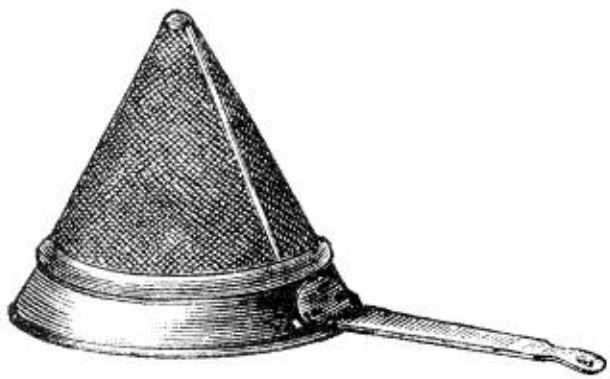
Гречневая каша с миндалем

На 6 порций

гречневая крупа	400 г
бланшированный миндаль; расколоть	100—150 г
оливковое масло	125 мл
чеснок, мелко нарезанный	1 зубчик
репчатый лук, нарубленный	4 ст. л.
сладкий зеленый перец, нарезанный	4 ст. л.
куриный бульон	1 л

Поджарьте на оливковом масле миндаль, пока он не станет золотисто-коричневым, после чего снимите его со сковороды и отложите в сторону. Положите в масло, оставшееся на сковороде, чеснок, репчатый лук и сладкий перец и жарьте, периодически помешивая, до тех пор, пока лук не станет золотисто-коричневого цвета. Засыпьте гречневую крупу, налейте куриный бульон и хорошенько перемешайте. Затем перелейте содержимое сковороды в кастрюлю и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 170° С, на 30 мин, после чего смешайте кашу с поджаренным миндалем и готовьте в течение еще 15 мин: вся жидкость должна выкипеть, а крупа должна стать мягкой и разбухнуть.

PICTURE COOK BOOK



Гречневая запеканка с мясом

Kasza Gryczana Zapiekana z Miesem Lub Podrobami

Гречневая крупа часто продается под названием «kasha».
Это блюдо подают на стол со свежей или с кислой капустой.

На 4 порции

гречневая крупа	300 г
сало	50 г
вода	1 л
репчатый лук, нарезанный	50 г
жареное мясо (свинина, говядина или молодая баранина), мелко нарезанное или превращенное в фарш	200 г
крепкий мясной бульон *(см. стр. 165)*	4 ст. л.
соль и перец	
жирные сливки	125—250 мл
свежая зелень, нарубленная	1 ст. л.

Отрежьте половину сала, положите его в кастрюлю и разогрейте, затем засыпьте гречневую крупу и залейте водой. Доведите воду до кипения, убавьте нагрев и варите под крышкой в течение 20 мин или до тех пор, пока вся вода не выкипит. Затем снимите кастрюлю с огня, помешайте кашу, накройте крышкой и подождите, пока крупа не станет мягкой и сухой — около 10 мин.

На остатках сала обжарьте репчатый лук, пока он не станет светло-золотистым. Положите в лук мясо вместе с бульоном, доведите его до кипения, смешайте с кашей, посолите и поперчите. Возьмите неглубокий противень, смажьте его сливочным маслом и переложите в него кашу и мясо, сверху полейте жирными сливками и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 200° С, на 20 мин. Перед подачей на стол украсьте готовую запеканку зеленью.

HELENA HAWLICZKOWA
KUCHNIA POLSKA

Гречневая каша с лапшой

Kasha Varnishkas

О том, как слепить макаронные изделия в форме бантиков (или бабочек), рассказано на стр. 49.

На 4—6 порций

гречневая крупа	200 г
«бантики»: сварить и откинуть на дуршлаг	100 г
яйцо	1 шт.
соль и перец	
топленый куриный жир или 30 г маргарина	2 ст. л.
кипяток	0,5 л

Насыпьте в большую сковороду гречневую крупу, разбейте яйцо и хорошенько перемешайте. Поставьте сковороду на медленный огонь и жарьте, непрерывно помешивая, пока все зерна не будут покрыты яйцом.

Переложите крупу из сковороды в 1,5-литровую кастрюлю; добавьте 1/2 ч. л. соли, жир и залейте все ингредиенты кипящей водой. Накройте кастрюлю крышкой и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 1 ч или готовьте кашу до тех пор, пока она не будет рассыпчатой и сухой; или же, если это вам больше нравится, вы можете варить крупу на плите 30—45 мин, подливая воду и добавляя жир в случае необходимости. Когда каша готова, положите в нее лапшу и легкими движениями перемешайте. Посолите по вкусу и варите на медленном огне в течение нескольких минут, пока все ингредиенты не разогреются. Гречневую кашу с лапшой подают на стол в качестве гарнира к мясным блюдам.

FANNIE ENGLE AND GERTRUDE BLAIR
THE JEWISH FESTIVAL COOKBOOK

Каша из ржаной крупы с изюмом

Это блюдо можно подавать в качестве гарнира к куриному мясу или ветчине. Если вы хотите приготовить основное блюдо, добавьте в кашу за 5 мин до конца варки горсть ветчины, нарезанной кубиками, и размешайте.

На 4 порции

дробленая ржаная крупа	200 г
копченая ветчина (примерно 2 больших куска)	250 г
изюм	60 г
вода	1 л
соль	

Возьмите большую двухлитровую кастрюлю, наполните ее водой и доведите до кипения. Засыпьте крупу. Когда вода снова закипит, убавьте нагрев, накройте кастрюлю крышкой и оставьте крупу вариться на медленном огне в течение 45 мин или до тех пор, пока зерна не станут мягкими. Попробуйте, достаточно ли в ней соли, и посолите в случае необходимости.

ELIZABETH ALSTON
THE BEST OF NATURAL EATING AROUND THE WORLD

Крокеты из мамалыги и индюшатины

Индюшатину можно заменить вареной ветчиной или куриным мясом.

На 4 порции

мамалыга, сваренная	175 г
холодная жареная индюшатина, провернутая через мясорубку	125 г
репчатый лук, мелко нарубленный	1 ст. л.
сливочное масло, растопленное	40 г
молоко	125 мл
зелень петрушки, нарубленная	2 ст. л.
соль и свежемолотый черный перец	
яйца, взбитые отдельно	2 шт.
толченые сухари	
растительное масло или жир для фритюра	

Растопите на сковороде 15 г сливочного масла и обжарьте репчатый лук, пока он не станет мягким. Налейте молоко и засыпьте мамалыгу, положите холодный фарш, сливочное масло и петрушку; посолите и хорошенько посыпьте черным перцем. Тщательно перемешайте приготовленную смесь и, когда она разогреется, снимите сковороду с плиты и добавьте в нее одно взбитое яйцо. Поставьте готовиться еще 1 мин, не забывая непрерывно помешивать. Затем снимите сковороду с плиты и выложите смесь на деревянную тарелку, чтобы она остудилась. Когда смесь станет твердой, разделите ее на 8—10 частей, сделайте цилиндры длиной 7,5 см. Обмакните их в другое взбитое яйцо, обваляйте в толченых сухарях и опустите во фритюр, приготовленный из растительного масла или топленого жира. Жарьте до тех пор, пока крокеты не станут золотисто-коричневого цвета.

NARCISSE AND NARCISSA G. CHAMBERLAIN
THE CHAMBERLAIN SAMPLER OF AMERICAN COOKING

Пирожки из кукурузной крупы

Для приготовления 10—12 больших пирожков или 30—36 маленьких пирожков

кукурузная крупа	100 г
вода	1/4 л
сливочное масло	125 г
соль	1/4 ч. л.
мука	90 г
яйца	4 шт.

Нагрейте духовку до температуры 190° С. В небольшой кастрюле смешайте воду, сливочное масло и соль. Доведите до кипения. Когда смесь закипит, одновременно засыпьте в нее кукурузную крупу и пшеничную муку, быстро размешайте и варите на среднем огне до тех пор, пока смесь не отстанет от краев кастрюли, образовав шар небольшого размера. Готовьте еще 3 мин, разминая тесто о края кастрюли.

Затем снимите кастрюлю с плиты, переложите тесто в электрический миксер и взбивайте в течение 1 мин, чтобы остудить тесто, или же остудите его, взбив большой деревянной ложкой. Постепенно добавьте в тесто яйца, не переста-

вая взбивать его. Взбивайте тесто до тех пор, пока в нем не останется комков, а поверхность не станет ровной и гладкой.

Когда тесто будет готово, зачерпните его столовой или чайной ложкой и выложите на сухой, не смазанный жиром противень, разгладив тесто сверху так, чтобы пирожки получились круглыми. Положите большие пирожки (5 см) отдельно от маленьких (4 см). Поставьте в духовку на 50 мин.

Достаньте противень из духовки, разрежьте каждый пирожок острием ножа и снова поставьте в духовку еще на 10 мин, чтобы сердцевина получилась хрустящей. Затем остудите пирожки и начините их салатом из куриного мяса, тунца, креветок или крабов и подайте в качестве легкой закуски во время завтрака или вечеринки.

JEANNE A. VOLTZ
THE FLAVOR OF THE SOUTH

Запеканка из поленты с соленой треской

Polenta Pastizada di Magro

О том, как приготовить поленту, рассказывается на стр. 40. Если вы не можете достать соленую треску, возьмите филе любой соленой рыбы. Чтобы подготовить соленую рыбу для приготовления пирога, нарежьте ее на куски и вымачивайте в воде минимум сутки, несколько раз меняя воду.

Это блюдо пришло к нам из области Фриули, находящейся в Итальянских Альпах.

На 6 порций

кукурузная крупа; сварить в 2,5 л воды, бросив в нее щепотку соли, в течение 30 мин, чтобы получилась полента	500 г
соленая треска, разделанная, нарезанная на маленькие куски, вымоченная в воде и высушенная	1 кг
мука	60 г
оливковое масло	175 мл
репчатый лук, нарезанный кружками и/или 3 зубчика чеснока, растертые	200 г
томатное пюре	2 ст. л.
помидоры, очищенные от кожицы и превращенные в пюре	1 кг
соль и свежемолотый перец	
зелень петрушки, нарубленная	30 г

Как только полента будет готова, выньте ее из кастрюли и разложите на влажную мраморную плитку или любую другую гладкую рабочую поверхность. Разровняйте поленту лезвием ножа, опуская его время от времени в кипяток, пока она не станет толщиной в 1 см. Оставьте поленту остывать, после чего разрежьте на полосы.

Обваляйте рыбу в муке. Поджарьте куски на небольшом количестве оливкового масла, высушите и отложите в сторону. Налейте на сковороду еще немного масла, нагрейте его и обжарьте лук и/или чеснок. Затем положите томатное пюре и готовьте его в течение 3 мин, после чего добавьте свежие помидоры, соль, перец и посыпьте петрушкой. Готовьте, не накрывая крышкой, в течение еще 15 мин, а затем разложите куски трески и жарьте на медленном огне в течение еще 15 мин.

Возьмите глубокую жаростойкую посуду на 1,5 л, смажьте ее маслом и положите на дно куски поленты, параллельно друг другу. На них положите куски рыбы и залейте все большим количеством соуса; накройте все это еще одним слоем из кусков поленты, расположенных крестообразно по отношению к первому слою, затем снова положите рыбу и соус. Продолжайте раскладывать слои из рыбы и поленты так, чтобы последним слоем оказался слой из поленты. Полейте его сверху растительным маслом и поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 200° С, на 20—25 мин или же до тех пор, пока запеканка не подрумянится сверху.

LUIGI CARNACINA AND VINCENZO BUONASSISI
IL LIBRO DELLA POLENTA

Слоеная запеканка из поленты и брынзы

Mamaliga cu Brinza

Мы представляем вам самое древнее и самое традиционное румынское слоеное блюдо из поленты или, как ее называют в Румынии, «мамалыги». Основной способ приготовления поленты представлен на стр. 40.

В Румынии для этого пирога используют брынзу — *белый соленый сыр, чем-то напоминающий греческий сыр* «фета». *Также в это блюдо можно положить 500 г копченой грудинки, поджаренной и порезанной на куски. Если вы кладете грудинку, вместо брынзы можно использовать более острый желтый сыр, как, например,* «каскаваль» — *румынский эквивалент итальянского* «качокавалльо» *или английского* «чеддера».

На 4 порции

кукурузная крупа грубого помола	200 г
брынза, раскрошенная вилкой	250 г
сливочное масло	125 г
вода	1 л
соль	

Возьмите жаростойкую посуду или глубокий противень диаметром около 18 см и глубиной 10 см и смажьте его 15 г сливочного масла. Засыпьте в подсоленную воду кукурузную крупу и сварите поленту. Затем зачерпните немного горячей каши и разложите ее слоем толщиной приблизительно в 1 см на противне. Сверху посыпьте толстым слоем сыра и смажьте маслом. Затем положите еще один слой поленты, снова посыпьте его сыром и смажьте маслом. Продолжайте раскладывать слои из поленты и сыра так, чтобы сверху оказался слой сыра. Поставьте полученное блюдо в духовку, предварительно нагретую до 200° С, либо на 10 мин — тогда жар успеет лишь прогреть его изнутри — либо на 20—30 мин — и тогда сыр, находящийся сверху, запечется и станет золотисто-коричневым.

ANISOARA STAN
THE ROMANIAN COOKBOOK

Запеканка из поленты из Падуи

Polenta Pasticciata alla Padovana

Для приготовления этой запеканки требуется холодная полента. О том, как приготовить поленту, рассказывается на стр. 40. Если вы не можете достать салями «соппресса», возьмите любую другую итальянскую салями с пикантным, острым вкусом. «Прошутто» — это вареная ветчина. Если вы не можете достать ее, можно заменить «прошутто» окороком.

На 6 порций

кукурузная крупа; варить в 2,5 л воды, бросив щепотку соли, в течение 30 мин, чтобы получилась полента	500 г
«пармезан», натертый	200 г
сливочное масло, нарезанное на маленькие кусочки	60 г
Мясной соус	
постная телятина; прокрутить в мясорубке	300 г
вареная ветчина «прошутто», мелко нарезанная	200 г
«соппресса» салями, мелко нарезанное	200 г
куриная печень, промытая, очищенная и тонко нарезанная	200 г
сливочное масло	190 г
репчатый лук, нарубленный	1/2 шт.
небольшая морковь, мелко нарезанная	1 шт.
сельдерей	1/2 веточки
грибы, нарезанные на пластинки	300 г
сухое белое вино	125 мл
томатное пюре	1 кг
крупная соль	1/2 ч. л.
сушеный тимьян	2 ч. л.
лавровый лист, растолченный	1 шт.

Сварите из кукурузной крупы поленту. Как только она будет готова, разложите ее на влажной мраморной плитке или любой другой гладкой рабочей поверхности. Разровняйте поленту лезвием ножа до толщины 2 см, периодически опуская нож в кипяток. Оставьте поленту остывать.

Тем временем растопите на сковороде 150 г сливочного масла, слегка поджарьте на нем репчатый лук, морковь и сельдерей, а затем положите в нее куски телятины. Готовьте на среднем огне в течение 15 мин, время от времени помешивая, после чего добавьте ветчину, салями и грибы. Готовьте еще 10 мин, затем залейте жаркое вином и увеличьте нагрев. Готовьте еще 4—5 мин, пока все вино не впитается и количество жидкости, в которой тушится мясо, не убавится. Положите помидоры. Смешайте соль с тимьяном и толченым лавровым листом и высыпьте специи в соус. Тушите, не накрывая крышкой, в течение 20 мин. Возьмите другую сковороду, положите в нее 40 г сливочного масла и нагрейте, после чего положите куриную печень, слегка посолите и поджарьте. Переложите печень на сковороду с соусом.

Смажьте маслом противень на 1,75 литра, положите на дно слой поленты, полейте небольшим количеством мясного соуса и посыпьте тертым «пармезаном». Продолжайте раскладывать слоями поленту и поливать ее соусом до тех пор, пока не используете все ингредиенты. Закончить запеканку нужно слоем поленты. Смажьте его маслом и посыпьте сверху минимум 60 г сыра. Поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 200° С, и готовьте до тех пор, пока сыр не расплавится и не станет золотистым — около 15 мин. Запеканку подают на стол очень горячим, насыпав на край тарелки оставшийся тертый сыр.

LUIGI CARNACINA AND VINCENZO BUONASSISI
IL LIBRO DELLA POLRNTA

Полента с капустой по-лигурийски

Polenta con Cavoli alla Ligure

О том, как приготовить поленту, рассказывается на стр. 40.

На 6 порций

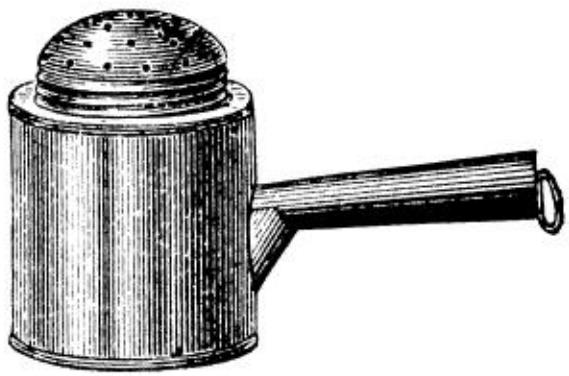
кукурузная крупа грубого помола; варить в 1,5 л воды, бросив щепотку соли, в течение 30 мин, чтобы получилась полента	300 г
савойская капуста или любой другой сорт зимней капусты с курчавыми листьями; удалить внешние листья и кочерыжку, нарезать	1 шт.
соль	
оливковое масло	125 мл
тертый «пармезан»	200 г
мука	
сало	60 г

Сварите капусту в подсоленной воде в течение 10 мин. Слейте воду, положите на сковороду и тушите на оливковом масле до тех пор, пока на сковороде не останется больше масла. Поставьте капусту охлаждаться.

Как только полента будет готова, переложите ее ложкой в большую миску, смешайте с жареной капустой и посыпьте сыром. Дайте поленте остыть, после чего разложите ее на доске и разровняйте, пока толщина слоя не станет 2,5 см. Затем нарежьте поленту на кубики и слегка посыпьте их мукой.

Непосредственно перед подачей на стол поставьте на средний огонь сковороду, положите в нее сало и нагрейте. Когда сало растает, положите в него несколько кусков поленты и поджарьте их, пока они не приобретут золотисто-коричневого цвета. Затем просушите, выложив на салфетку, и подайте очень горячую и поджаристую поленту на стол.

VINCENZO BUONASSISI AND LUIGI CARNACINA
IL LIBRO DELLA POLENTA



Пирог из винного теста с начинкой из поленты

Polenta Pastizada all'Antica

На 4 порции

кукурузная крупа	500 г
кипящая соленая вода	2,5 л
соль	
Винное тесто	
красное вино и холодная вода, смешанные	около 150 мл
мука	300 г
сливочное масло, нарезанное на кусочки и охлажденное	100 г
растительное масло	4 ст. л.
соль	
Начинка из свинины	
колбасный фарш, подавленный вилкой	200 г
постная свинина, сваренная и мелко нарезанная	500 г
сливочное масло	150 г
листья шалфея, крупно нарезанные	12 шт.
свиной жир, мелко нарезанный	300 г
соль и перец	
тертый мускатный орех	

Чтобы приготовить винное тесто, насыпьте горкой муку на мраморную плитку или любую другую холодную рабочую поверхность и сделайте в центре горки углубление. Положите в него сливочное масло, налейте растительное масло, добавьте щепотку соли и осторожно перемешайте с мукой. Затем постепенно налейте разбавленное водой вино. Хорошенько перемешайте, переложите тесто в миску, накройте куском материи и поставьте в прохладное место на 30 мин.

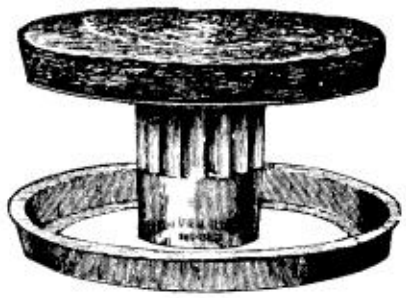
Чтобы приготовить свиную начинку, растопите на сковороде 60 г сливочного масла, положите в нее листья шалфея и свиной жир и тщательно перемешайте. Добавьте колбасный фарш, кусочки свинины, посолите, поперчите и посыпьте тертым мускатным орехом. Хорошенько все перемешайте и готовьте, периодически помешивая, пока свинина не поджарится.

Разделите тесто на 2 части. Раскатайте одну часть. Возьмите жаростойкую посуду для выпечки около 20 см в диаметре и около 15 см глубиной, смажьте ее изнутри маслом и выложите дно и края тестом, хорошенько придавив его, чтобы получилась «корзиночка».

Сварите поленту. Начините пирог чередующимися слоями поленты и жареной свинины, закончив слоем из свинины.

Раскатайте остатки теста, сделайте из него крышку для «корзиночки» и накройте ею пирог: проверьте, чтобы тесто плотно прилипло к краю «корзиночки». Обмажьте пирог топленым сливочным маслом и поставьте его в духовку, предварительно нагретую до 220° С, на 20—30 мин или до тех пор, пока он не подрумянится. Перед подачей на стол дайте пирогу некоторое время постоять.

LUIGI CARNACINA AND VINCENZO BUONASSISSI
IL LIBRO DELLA POLENTA



Шарики из поленты с ореховым соусом

Kachamak s Orehov Sos

«Качамаком» в Болгарии называют поленту и готовят его в виде самых разнообразных форм. Этот рецепт, пришедший к нам из Смолян — места, расположенного в Родопах,— является образцом типичного деревенского «качамака», *который подается в качестве гарнира к ломтикам холодного мяса. Как правило, пока* «качамак» *не успел остыть, им наполняют небольшие фарфоровые формы или же лепят из него шарики при помощи ложечки для мороженого; или же раскладывают слоем на ровной поверхности, ждут, пока он остынет, и затем разрезают на формы при помощи кондитерских ножей. О способе приготовления поленты вы можете прочитать на стр. 40.*

На 4—6 порций

кукурузная крупа грубого помола; варить в 1 л воды, бросив в нее щепотку соли, в течение 30 мин, чтобы получилась полента	200 г
Ореховый соус	
чищеные грецкие орехи	200 г
чеснок, очищенный от кожицы	1 или 2 зубчика
соль	
оливковое масло	150 мл
уксус	2 ст. л.
вода	1—2 ст. л.

При помощи столовой ложки, опуская ее всякий раз в холодную воду, слепите из горячей поленты 20 шариков размером с куриное яйцо и оставьте их охлаждаться. Для приготовления орехового соуса растолките в ступке чеснок, добавив в него щепотку соли, так, чтобы в результате получилась густая масса; добавьте в приготовленную массу грецкие орехи и растолките их. Разбавьте соус растительным маслом, уксусом и водой, пока он не достигнет консистенции нежирных сливок. Проверьте, хватает ли в нем соли, и добавьте в случае необходимости.

Разложите готовые кукурузные шарики на большом сервировочном блюде и полейте сверху соусом. Держите его плотно закрытым крышкой до тех пор, пока не подадите шарики на стол.

DR. L. PETROV, DR. N. DJELEPOV, DR. E. IORDANOV AND S. UZUNOVA
BULGARSKA NAZIONALNA KUCHNIYA

Запеканка из манной каши в томатном соусе

Semoule de Blé Dur Sause Tomate

На 6 порций

манная крупа	150 г
вода	1 л
соль и перец	
яйца	2 шт.
сливочное масло	50 г
«грийер», натертый	100 г
томатный соус *(см. стр. 166)*	1/2 л

Доведите воду до кипения, посолите и засыпьте манную крупу, помешивая воду деревянной ложкой. Варите около 15 мин, непрерывно помешивая, чтобы крупа не прилипла к кастрюле. Затем снимите кашу с плиты и разбейте в нее яйца, положите сливочное масло и 75 г сыра. Поперчите и посолите, если в каше не хватает соли, после чего выложите на плоское блюдо или мраморную плиту и оставьте на некоторое время охлаждаться. Когда каша затвердеет, разрежьте ее на пятисантиметровые квадраты, разложите на противне, политым растительным маслом, и залейте томатным соусом. Сверху посыпьте остатками сыра и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 200° С, на 15—20 мин.

CHRISTIANE SCHAPIRA
LA CUISINNE CORSE

Пирожки из манной каши с начинкой из сыра

Griessküchlein mit Käse Gefüllt

На 4 порции

манная крупа	160 г
«грийер», тонко нарезанный	250 г
молоко	1 л
соль	
яйца, слегка взбитые	1 шт.
толченые сухари	1 ст. л.
мука	30 г
жир или растительное масло для жарки	

Вскипятите молоко, посолите, засыпьте манную крупу и варите в течение 15—20 мин, непрерывно помешивая, пока она не превратится в густую кашу. Затем разложите горячую кашу слоем толщиной в 1 см на фарфоровой тарелке, которую предварительно промойте под холодной водой, или на смоченной водой деревянной доске и дайте ей остынуть. Когда каша затвердеет, нарежьте ее на кружки при помощи перевернутого стакана или специальной кондитерской формы. При помощи этой же формы нарежьте кружки из ломтиков сыра. Затем положите сыр между двумя слоями застывшей каши, обмакните этот «бутерброд» в сырое яйцо, обваляйте в сухарях, смешанных с мукой, и поджарьте на жире или растительном масле до тех пор, пока пирожок не станет золотисто-коричневым с обеих сторон.

EVA MARIA BORER
TANTE HEIDI'S SWISS KITCHEN

Кускус с семью видами овощей

Couscous «Bidaoui» aux Sept Légumes

На 8—10 порций

кускус	1 кг
мясо (телячья ножка или баранья лопатка), нарезанное кубиками	1 кг
репчатый лук, нарезанный кружками	1 кг
белокочанная капуста, нарезанная	1 шт.
сливочное масло	300 г
толченый шафран	1/2 ч. л.
соль и перец	
вода	6 л
помидоры, очищенные от кожицы и нарезанные на 4 части	4—5 шт.
баклажаны, нарезанные на кусочки	250 г
морковь, нарезанная кружками	500 г
репа, нарезанная на кусочки	250 г
красный сладкий перец, с удаленными семенами и нарезанный	2 шт.
свежий кориандр, нарубленный	6 ст. л.
тыква, нарезанная на кусочки	500 г

Возьмите «кускусьер» (специальную посуду для приготовления кускуса), на дно положите мясо, помидоры, капусту и 150 г сливочного масла. Посыпьте толченым шафраном, посолите и поперчите, залейте водой и доведите до кипения. В верхнее отделение «кускусьера» засыпьте кускус, а место соединения верхней и нижней части посуды обмотайте марлей, предварительно опущенной в смесь из муки и воды. Варите крупу на пару в течение 30 мин с того момента, как из верхнего отделения «кускусьера» начнет выходить пар. Затем снимите верхнюю часть, а нижнюю накройте крышкой и продолжайте варить в течение минимум 1 ч.

Переложите кускус в большую посуду и поворошите деревянной ложкой, чтобы отделить крупинки друг от друга. Дайте кускусу остынуть, затем побрызгайте его холодной водой и снова разворошите. Продолжайте сбрызгивать кускус водой и ворошить до тех пор, пока крупинки не набухнут и не увеличатся в размере. Дайте кускусу постоять минут 30.

Приблизительно за 1 ч до того, как вы будете подавать блюдо на стол, положите все оставшиеся овощи за исключением тыквы в нижнее отделение «кускусьера», в котором тушится мясо и капуста, и готовьте в течение 30 мин. Тыкву сварите отдельно в небольшом количестве бульона, в котором тушится мясо, до тех пор, пока она не станет мягкой, но не превратится в кашу,— около 15 мин.

За полчаса до того, как вы сядете за стол, переложите кускус в верхнее отделение «кускусьера», снова герметично запечатайте щель между верхним и нижним отделениями посуды, и как только начнет появляться пар, извлеките кускус и положите его в миску. Добавьте в него оставшееся сливочное масло, хорошенько перемешайте и налейте столько бульона, сколько кускус может впитать в себя — при этом не переставайте ворошить кускус деревянной ложкой.

Возьмите большое, плоское, круглое блюдо, сложите на нем горкой кускус. В центре сделайте углубление и наполните его мясом и овощами. Кускус подают на стол, полив по краям бульоном, в котором тушилось мясо и овощи.

LATIFA BENNANI SMIRES
LA CUISINE MAROCAINE

Кускус с бараниной

Kousksi bil Ghalmi

Способ приготовления соуса «харисса» представлен на стр. 39.

На 10 порций

кускус	750 г
баранина, нарезанная кубиками	500 г
бараний жир, нарезанный кубиками	100 г
соль	
молотый черный перец	1/2 ч. л.
«харисса»	3/4 ст. л.
паприка	1/2 ч. л.
репчатый лук, нарезанный	1 шт.
оливковое масло	150 мл
вода	1,75 л
томатное пюре	1,5—2 ст. л.
сухой «куриный горошек»; положите с вечера вымачиваться	60 г
верхушка кардамона; взять только стебель, очистить и нарезать на кусочки	1 шт.
картофель, почищенный, нарезанный	3—4 шт.
морковь, разрезанная пополам	2—3 шт.
маленькая репа, нарезанная на кусочки	2 шт.
молотая корица	1 ст. л.
толченые лепестки розы (не обязательно)	1 ст. л.

Положите баранину и бараний жир в нижнее отделение «кускусьера», посыпьте солью и перцем, паприкой и полейте *«хариссой»*. На сковороде обжарьте репчатый лук в растительном масле в течение нескольких минут, затем залейте его 250 мл воды, добавьте томатное пюре и «куриный горошек» и варите в течение 15—20 мин. Затем положите остальные овощи, залейте их оставшейся водой и доведите до кипения.

Слегка смочите кускус холодной водой, положите его в верхнее отделение «кускусьера», стараясь не укладывать крупинки слишком плотно, и соберите «кускусьер». Отсчет времени приготовления ведите с того момента, как из верхней части «кускусьера» появится пар. Варите кускус в течение 30—40 мин, после чего снимите верхнюю половину «кускусьера», переложите кускус на блюдо, смочите холодной водой и осторожно поворошите деревянной ложкой. Снова положите кускус в верхнее отделение «кускусьера», соедините обе части посуды, поставьте на плиту и снова доведите до кипения.

Когда кускус будет готов, выложите его на сервировочное блюдо. Снимите жир с бульона, положите в него сливочное масло, корицу и лепестки розы. Затем вылейте половину бульона, в котором тушилась баранина, в кускус и хорошенько перемешайте. Оставшийся бульон слейте в отдельную посуду и подайте в качестве подливки; мясо и овощи разложите на отдельном блюде. Дайте мясу и кускусу некоторое время постоять, а затем подайте на стол.

MOHAMED KOUKI
LA CUISINE TUNISIENNE D'«OMMOK SANNAFA»

Отварные макаронные изделия

Макароны с четырьмя сортами сыра

Maccheroni ai Quattro Formaggi

«Фонтина» — это сорт довольно твердого, острого желтого сыра. «Робиола» — это мягкий белый сыр; если вы не можете достать его, можете заменить его сыром «Бэль Паэзе».

На 6 порций

макароны, «ригатони» или «перья»	500 г
«грийер», «фонтина» и «робиола», нарезанные на очень тонкие полоски или натертые на крупной терке	80 г каждого
«пармезан», натертый	120 г
сливочное масло, растопленное	100 г
соль и свежемолотый перец	

Сварите макароны, откиньте на дуршлаг, слейте воду и снова положите в кастрюлю, налив в них большую часть топленого сливочного масла. Добавьте в макароны «грийер», «фонтину» и «робиолу», 80 г «пармезана», соль и перец. Тщательно все перемешайте, а затем переложите на противень, смазанный маслом, полейте остатками масла, посыпьте «пармезаном» и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 200° С, на 5—10 мин или до тех пор, пока сыр не расплавится, но не станет коричневеть.

VINCENZO BUONASSISI
THE CLASSIC BOOK OF PASTA

Макаронные изделия с широкими бобами

На 4 порции

тальятелле	500 г
свежие широкие бобы, вынутые из стручка и очищенные от кожицы	1 кг
репчатый лук, нарубленный	1 шт.
оливковое масло	3 ст. л.
соль	
«пармезан», натертый	50—100 г

Налейте в кастрюлю большое количество воды и доведите ее до кипения. На растительном масле поджарьте репчатый лук, пока он не станет мягким. Положите в посуду с луком бобы, слегка посолите и залейте кипящей водой так, чтобы бобы оказались в воде. Прикройте кастрюлю крышкой, оставив щель, и варите бобы до тех пор, пока вся вода не выкипит. Тем временем посолите оставшуюся воду, которая продолжает кипеть, и сварите в ней макаронные изделия. Когда они будут готовы, слейте воду и выложите «тальятелле» на предварительно нагретое сервировочное блюдо, смешайте с бобами и посыпьте тертым «пармезаном».

ROSEMARY CROSSLEY
THE DOLE COOKBOOK

«Солома» и «сено»

Paglia e Fieno

Способ приготовления обычного и цветного теста для макаронных изделий подробно представлен на стр. 44 и 50. О нарезке из теста макаронных изделий рассказывается на стр. 46—48.

На 4 порции

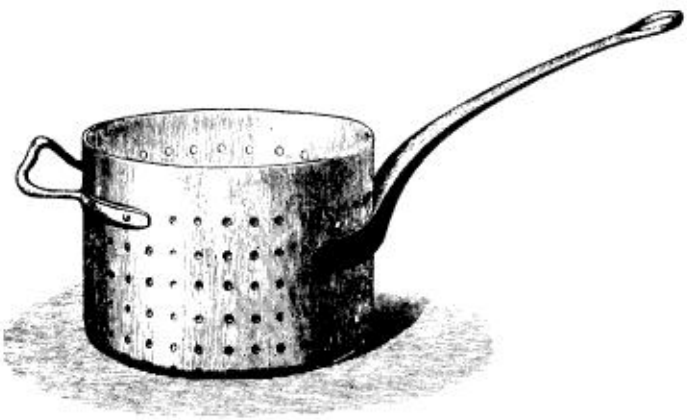
шпинат; стебли отрезать, листья промыть, сварить и сделать из них пюре	100 г
мука	430 г
яйца	3 шт.
соль	
сливочное масло	30 г
ветчина, мелко нарезанная	125 г
жирные сливки	175 мл
тертый «пармезан»	

Из 400 г муки и яиц приготовьте крутое тесто, посолите, а затем замесите, пока оно не станет эластичным и без комков и разделите на две части, одна из которых в два раза больше другой. Меньшую часть отложите в сторону и дайте ей немного подсохнуть.

Большую часть раскатайте, чтобы получился не очень тонкий пласт, и оставьте сохнуть, затем нарежьте на полосы шириной в 1 см. Оставшееся тесто смешайте с пюре, высыпьте в него остатки муки, замесите, раскатайте и нарежьте на полосы такого же размера, что и из обычного теста. Опустите оба вида макаронных изделий в большое количество кипящей подсоленной воды и варите до тех пор, пока они не будут *al dente*.

В большой сковороде растопите сливочное масло и слегка поджарьте кубики ветчины до тех пор, пока жир, который в них находится, не станет прозрачным, после чего залейте ветчину сливками, посолите и готовьте на медленном огне в течение 2 мин. Пока ветчина жарится, откиньте на дуршлаг макаронные изделия и слейте воду. Затем переложите макаронные изделия на сковороду с ветчиной и перемешайте, чтобы они равномерно покрылись сливками. Блюдо подайте на стол, обильно посыпав тертым «пармезаном».

ANNA MARTINI
PASTA & PIZZA



Лапша с маком

Домашнюю лапшу нужно варить 2—3 мин.

На 4 порции

широкая лапша	250 г
маковое семя, промытое и процеженное	2 ст. л.
бланшированный миндаль, расколотый	60 г
куриный жир, растопленный	2 ст. л.
соль и перец	

Наломайте лапшу на кусочки длиной 5 см. Засыпьте их в большое количество подсоленной воды и варите в течение 8—10 мин или же до тех пор, пока лапша не станет мягкой, но не разварится. На сковороде поджарьте маковые семена и миндаль на курином жиру. Полейте ими лапшу, посолите и поперчите. Помешайте и подайте блюдо на стол очень горячим.

FANNIE ENGLE AND GERTRUDE BLAIR
THE JEWISH FESTIVAL COOKBOOK

Картофельная лапша с маком

Zemiakové Rezance s Makom

Вы можете заменить молотое маковое семя молотыми грецкими орехами.

На 8 порций

картофель, отваренный в мундире и почищенный	600 г
семена мака, растолченные	90 г
яйца, взбитые	1 шт.
мелкая манная крупа	300 г
соль	
сливочное масло	60 г
сахарная пудра	100 г

Протрите вареный картофель сквозь сито, добавьте в пюре яйца, манную крупу, щепотку соли и замесите полученное тесто. Нарежьте из него короткую лапшу несколько более толстую, чем обыкновенные спички. Вскипятите воду, посолите ее, засыпьте лапшу и варите 2—3 мин или же до тех пор, пока она не станет мягкой. Откиньте лапшу на дуршлаг, смажьте сливочным маслом и посыпьте сверху толченым маковым семенем и сахарной пудрой.

VOJTECH SPANKO
SLOVENSKA KUCHARKA

Лапша с «рокфором»

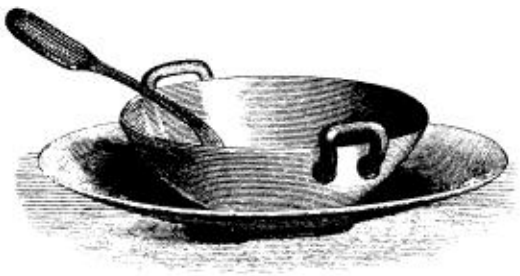
Nouilles au Roquefort

На 4 порции

лапша	300 г
«рокфор»	125 г
соль	
жирные сливки	4 ст. л.
свежемолотый перец	

Доведите до кипения воду, посолите, засыпьте лапшу и варите на сильном огне до тех пор, пока лапша не станет мягкой. Пока готовятся макаронные изделия, возьмите «рокфор», раскрошите его вилкой, а затем небольшими порциями засыпьте его в сливки. Посолите и поперчите полученную смесь. Готовую лапшу откиньте на дуршлаг, слейте воду и снова положите в кастрюлю, полейте соусом из сливок и сыра и 2—3 мин подержите на медленном огне, непрерывно помешивая. Блюдо подают на стол очень горячим.

MYRETTE TIANO
PÂTES ET RIZ



Лапша с томатным соусом

Nouilles à la Sauce Tomate Crue

На 4 порции

лапша	300
соль	
Томатный соус	
помидоры, опущенные на 1 мин в кипяток, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кубиками	750 г
базилик, вымытый и нарубленный	1 пучок
чеснок, очищенный и раздавленный обратной стороной ножа	6 зубчиков
соль и перец	
оливковое масло	200 мл

Смешайте помидоры с базиликом, добавьте давленый чеснок. Посолите и поперчите смесь, налейте в нее оливкового масла, накройте крышкой и поставьте в прохладное место. Варите лапшу в большом объеме подсоленной воды на сильном огне до тех пор, пока она не будет практически совсем готова. Затем слейте воду, смешайте лапшу с томатным соусом и сразу же подайте на стол.

MYRETTE TIANO
PÂTES ET RIZ

Макароны с мясным соусом

Maccheroni alla Bolognese

Это ароматное блюдо будет еще более вкусным, если добавить в него несколько сушеных или еще лучше свежих грибов. Оно просто в приготовлении, а соус для него можно сделать заранее.

На 4 порции

«ригатони»	400 г
«пармезан», натертый	около 30 г
Мясной соус	
постная говядина, провернутая в мясорубке	150 г
морковь среднего размера, почищенная и мелко нарезанная	1 шт.
сельдерей; поскоблить и мелко нарубить	1 веточка
небольшая луковица, мелко нарубленная	1 шт.
сырая грудинка, мелко нарезанная	50 г
сливочное масло	50 г
куриное сердце, разрезанное пополам (необязательно)	3 шт.
мука	2 ч. л.
бульон	100 мл
гвоздика	1 шт.
перец	
свеженатертый мускатный орех	
сушеные грибы, вымоченные в воде и процеженные, или 150 г свежих грибов (необязательно)	15 г
молоко	около 200 мл
куриная печень, разделанная, вымоченная в большом количестве холодной воды в течение 15 мин и нарезанная кубиками	3 шт.

Для приготовления мясного соуса сложите в кастрюлю нарезанные овощи и кусочки грудинки, положите сливочное масло и поставьте кастрюлю на небольшой огонь. Когда овощи станут мягкими, добавьте говяжий фарш и, если есть, куриные сердца и продолжайте тушить, периодически помешивая, до тех пор, пока мясо не поджарится. Затем посыпьте мукой и залейте все бульоном. Бросьте в кастрюлю гвоздику, щепотку перца, немного тертого мускатного ореха и положите грибы, если они есть. Хорошенько все перемешайте, накройте крышкой и тушите на очень медленном огне в течение приблизительно 1 ч, время от времени добавляя в соус несколько ложек молока и периодически помешивая.

Когда соус уже практически готов, вскипятите воду для макарон. Затем посолите, засыпьте макароны, размешайте и варите на сильном огне. Добавьте в соус куриную печень и продолжайте тушить на среднем огне. Попробуйте, достаточно ли в соусе соли. Когда макароны сварятся, откиньте их на дуршлаг и слейте воду. Затем переложите в теплую миску, посыпьте тертым сыром и полейте соусом; хорошенько перемешайте и подайте на стол.

FERNANDA GOSETTI
IN CUCINA CON FERNANDA GOSETTI

Лапша из взбитого теста

О том, как самим сделать такую лапшу, рассказывается на стр. 60. Вместо кондитерского мешка со специальным носиком, изображенного на иллюстрации, можно использовать обыкновенный бумажный рожок.

Эта нежная, сытная, объемная яичная лапша идеально подходит для того, чтобы подать ее в качестве основного блюда, предварительно обмакнув в сливки или полив мясным соусом или подливой и затем посыпав тертым сыром. Также объемную лапшу можно использовать в качестве гарнира, если заправить сливочным маслом и посолить по вкусу, а также по желанию посыпать пряностями или же приготовить соус из хрустящих хлебных крошек, слегка поджарив их на сливочном масле до тех пор, пока они не станут золотистого цвета, смешать с лапшой и также заправить сливочным маслом. Кроме того, вы можете смешать лапшу с другими ингредиентами и получится самостоятельное блюдо.

На 3—4 порции

мука	200 г
соль	
оливковое масло	1 ст. л.
яйца	4 шт.

Насыпьте половину всей муки в посуду, смешайте с остальными ингредиентами и взбейте венчиком. Дождитесь, пока поверхность смеси станет гладкой, и добавьте маленькими порциями еще муки, равномерно распределяя ее по всей поверхности теста и взбивая — продолжайте подсыпать муку и взбивать до тех пор, пока тесто не станет густым.

Возьмите кастрюлю с большим дном (хорошо использовать большую, глубокую сковороду), налейте в нее воды, посолите и доведите до кипения. Затем убавьте нагрев так, чтобы вода лишь слегка кипела. Возьмите бумажный рожок или кондитерский мешок, наполните его тестом, верхнюю часть плотно зажмите рукой, чтобы тесто не вытекло, а если вы пользуетесь бумажным рожком, то отрежьте у него носик, чтобы получилось отверстие диаметром не более 5 мм, и, продолжая держать в одной руке верхнюю часть, установите мешок прямо над поверхностью воды и надавите на него другой рукой.

Как только струя теста достигнет длины 7,5—12 см, ослабьте нажим, чтобы тесто отделилось. Перемещайте носик кондитерского мешка над водой, стараясь не попасть тестом на уже сделанную лапшу. Увеличьте нагрев, накройте кастрюлю крышкой и варите в течение 30 секунд или же до тех пор, пока вода снова не вскипит. Затем сразу же откиньте лапшу на дуршлаг и слейте воду.

RICHARD OLNEY
SIMPLE FRENCH FOOD

«Языки» с каперсами, маслинами и анчоусами

Linguine Capperi Olive e Acciughe

«Лингине» — это длинные, плоские макаронные изделия. Авторы советуют использовать для приготовления этого блюда соленые, а не маринованные каперсы.

В рецепт можно внести некоторые изменения и перед тем, как добавить в лапшу каперсы и маслины, положить 2 ст. л. хлебных крошек или толченых сухарей, предварительно обжаренных на растительном масле.

На 6 порций

«языки» («лингине») или спагетти	600 г
каперсы, вымоченные в воде в течение 1 ч	100 г
маслины с вынутыми косточками	100 г
соленые анчоусы, вымоченные в воде, разделанные на филе, промытые, высушенные и нарезанные на тонкие ломтики	100 г
чеснок	2 зубчика
растительное масло	150 мл
вода	2 ст. л.
зелень петрушки, нарубленная	6 ст. л.
перец	

Слегка обжарьте чеснок на растительном масле, положите на сковороду каперсы, маслины, налейте воду, добавьте перец и зелень петрушки. Готовьте в течение 4—5 мин, после чего снимите сковороду с плиты. Положите в нее анчоусы и хорошенько все перемешайте.

Налейте в кастрюлю воды, слегка посолите и доведите до кипения. Засыпьте в нее макаронные изделия и варите до тех пор, пока они не будут готовы *(al dente)*. Откиньте на дуршлаг, процедите и подайте на стол очень горячими, полив сверху соусом.

JEANNE CARÒLA FRANCESCONI
LA CUCINA NAPOLETANA

Вермишель с мидиями

Vermicelli alle «Cozze» in Bianco

Для этого традиционного неаполитанского блюда обычно используют вермишель (местное название спагетти). Чтобы подготовить мидии к варке, отскребите их раковины от песка и грязи, затем положите в посуду с чистой, соленой водой на несколько часов. Когда вода станет грязной, смените ее. Выньте и выбросьте все открытые мидии.

На 6 порций

вермишель, отваренная, откинутая на дуршлаг и поставленная в теплое место	600 г
живые мидии; отскоблить раковину и замочить	1,5 кг
чеснок, оставленный целым или нарезанный	2 зубчика
растительное масло	3 ст. л.
свежемолотый черный перец	
зелень петрушки, нарубленная	

Возьмите большую сковороду и поджарьте на растительном масле чеснок. Если вы используете целые зубчики, снимите их со сковороды, как только они поджарятся; если вы нарезали чеснок, жарьте его до тех пор, пока масло не начнет шипеть, после чего оставьте на сковороде, поперчите по вкусу и положите мидии. Помешайте смесь, накройте сковороду крышкой. Раскрывшиеся мидии снимите со сковороды и кладите в миску. Когда на сковороде не останется больше мидий (приблизительно через 5 мин после начала варки),

продолжайте варить соус, в котором они готовились, пока жидкость частично не выкипит.

Очистите мидии от раковин и снова положите их на сковороду. Посыпьте их петрушкой и варите на небольшом огне в течение 2—3 мин.

Полейте готовую вермишель соусом из-под мидий. Мидии и соус подайте на стол в большой соуснице так, чтобы каждый присутствующий сам мог положить их в свою тарелку.

JEANNE CARÒLA FRANCESCONI
LA CUCINA NAPOLETANA

Вермишель с соусом из моллюсков и томатов

Vermicelli alle Vongole con i Pelati

Для этого традиционного неаполитанского блюда обычно используют вермишель (местное название спагетти).

На 6 порций

вермишель, сваренная, процеженная и поставленная в теплое место	600 г
живые моллюски в раковинах; вымыть и слить воду	1,25 кг
помидоры; снять кожицу, удалить семена и нарезать	1 кг
оливковое масло	150 мл
чеснок, нарезанный	2 зубчика
перец	
зелень петрушки, нарубленная	

Налейте на сковороду 6 ст. л. оливкового масла, разогрейте и положите моллюсков. Когда раковины раскроются, снимите моллюсков со сковороды. Очистите их, выбросьте раковины и положите моллюсков в отдельную посуду. Сок, оставшийся на сковороде, подержите некоторое время на небольшом огне, чтобы он частично выкипел, а затем остудите и процедите через сито или кусок муслина.

Возьмите небольшую кастрюлю, разогрейте оставшееся масло и поджарьте на нем чеснок до тех пор, пока он не станет золотистым, после чего добавьте помидоры и посыпьте перцем. Готовьте соус 3—4 мин на сильном огне, затем налейте в него процеженный сок моллюсков и варите до тех пор, пока соус не загустеет. Положите в него моллюсков, добавьте немного петрушки и тушите на медленном огне еще 3—4 мин.

Отмерьте три четверти соуса и полейте им заранее приготовленную вермишель, остатки соуса подайте на стол в соуснице.

JEANNE CARÒLA FRANCESCONI
LA CUCINA NAPOLETANA

Сепии в собственном соку со спагетти

Pasta cu Niuri di Sicci

Чтобы очистить сепию, осторожно разрежьте ее острым ножом. Не заденьте пузырь с жидкостью. Удалите сепиолит (щиток каракатицы), вырежьте пузырь и отложите его в сторону. Отрежьте рот сепии, удалите внутренности и выбросьте их. Если вы используете свежих сепий, сок, находящаяся в пузыре, будет жидким. Если же вы купили свежезамороженных сепий, вам придется разморозить сок, вынув его из пузыря и залив столовой ложкой кипящей жидкости (воды, бульона или вина).

На 4 порции

тонкие спагетти, отваренные	600 г
соль	
выдержанный овечий сыр, натертый	100 г
Соус из сепий	
сепии; сепиолит удалить, тушку нарезать на тонкие полоски, пузырь с соком сохранить	500 г
репчатый лук, нарезанный на тонкие кружочки	1 шт.
оливковое масло для жарки	
зелень петрушки, нарубленная	4 ст. л.
помидоры; снять кожицу и крупно нарезать	300 г
соль и перец	

Вскройте пузыри с соком сепий и осторожно слейте сок в миску. Поджарьте на горячем растительном масле репчатый лук и петрушку, положите на сковороду помидоры и сепии. Готовьте смесь на среднем огне, непрерывно помешивая, в течение приблизительно 15 мин или же до тех пор, пока количество жидкости не уменьшится, после чего вылейте на сковороду сок сепий и добавьте по вкусу соль и перец. После того, как помидоры и растительное масло смешаются с соком сепий, соус станет коричневого цвета с синеватым оттенком. Полейте этим темным, весьма пикантным соусом заранее сваренные макаронные изделия и посыпьте их тертым овечьим сыром.

PINO CORRENTI
IL LIBRO D'ORO DELLA CUCINA E DEI VINI DI SICILIA

Спагетти с цукини

Pâtes aux Courgettes

На 4 порции

тонкие спагетти	300 г
кабачки цукини, нарезанные на тонкие кружочки	3 шт.
оливковое масло	5 ст. л.
соль и свежемолотый перец	
листья базилика, мелко нарубленные	6 шт.
«грийер» или «пармезан», натертый	80 г

Налейте на сковороду 2 ст. л. растительного масла, нагрейте и поджарьте цукини на сильном огне в течение 8—10 мин. Посолите и поперчите.

Засыпьте спагетти в подсоленную воду и варите 7 мин при сильном кипении. Откиньте на дуршлаг и слейте воду. Затем добавьте в горячие спагетти цукини вместе с соусом, в котором они жарились, налейте оставшееся оливковое масло, посыпьте базиликом и поперчите. Хорошенько все перемешайте и подайте горячее блюдо на стол, отдельно посыпав каждую порцию тертым сыром.

MYRETTE TIANO
PÂTES ET RIZ

Макаронные изделия с жареными цукини

Pasta chi Cucuzzeddi Fritti

Соленая «рикотта» *хранится лучше, чем творог, и, в отличие от творога, со временем становится только суше и меньше по размеру.*

На 6 порций

тонкие спагетти	600 г
цукини, нарезанные кружками	600 г
чеснок, подавленный	2 зубчика
оливковое масло	6 ст. л.
соль и свежемолотый черный перец	
овечий сыр с перцем или соленая «рикотта», раскрошенный	100 г

В кипящее оливковое масло положите на некоторое время чеснок, чтобы он стал мягче, затем снимите его со сковороды и положите в масло цукини и поджарьте. Когда цукини будут готовы, процедите их, слив масло в отдельную посуду и сохранив. Цукини посолите, переложите на тарелку и поставьте в теплое место. Сварите спагетти в кипящей, подсоленной воде до состояния *al dente*, затем откиньте их на дуршлаг, слейте воду, а спагетти переложите в посуду, смешайте с цукини и заправьте оливковым маслом и тертым сыром. Подайте блюдо на стол, посыпав молотым черным перцем.

PINO CORRENTI
IL LIBRO D'ORO DELLA CUCINA E DEI VINI DI SICILIA

Макаронные изделия с цветной капустой, сардинами и соусом из анчоусов

Pasta Palina o a la Paulota

На 6 порций

«зити»	600 г
кочан цветной капусты весом около 1 кг, разделенный на соцветия	1 шт.
сырые сардины или анчоусы, разделанные на филе	100 г
соленые анчоусы, вымоченные в воде, разделанные на филе, промытые и высушенные	50 г
соль	
оливковое масло	
репчатый лук, нарезанный кружками	50 г
чеснок	1 зубчик
гвоздика, измельченная	4 шт.
молотая корица	
томатное пюре	250 г
свежемолотый черный перец	

Отварите цветную капусту в подсоленной воде в течение 5 мин. Откиньте на дуршлаг, слив воду в отдельную посуду и сохранив. Слегка обжарьте соцветия на оливковом масле вместе с филе сардин или анчоусов, репчатым луком и чесноком. Затем посыпьте все молотой гвоздикой, бросьте щепотку корицы и положите томатное пюре. Готовьте в течение 10—15 мин, затем добавьте соленые анчоусы и готовьте до тех пор, пока они не превратятся в однородную массу — около 5 мин.

В воде, оставшейся от цветной капусты, сварите макаронные изделия до состояния полуготовности, затем выложите их на сковороду и смешайте с соусом. Перед подачей на стол посыпьте блюдо свежемолотым черным перцем.

PINO CORRENTI
IL LIBRO DELLA CUCINA E DEI VINI DI SICILIA

Макаронные изделия с морскими продуктами

Fedelini alla Teodolinda

«Феделини» — *это вид длинных макаронных изделий цилиндрической формы, «феделини» похожи на спагетти, но несколько тоньше последних.*

На 6—8 порций

«феделини» или спагетти	1 кг
живые мидии; вымыть, жабры выбросить	150 г
живые моллюски, вымытые	250 г
свежие сырые креветки	50 г
тунец, мелко нарезанный	50 г
соленые анчоусы, вымоченные, разделанные на филе, промытые, высушенные и мелко нарезанные	50 г
кальмары разделать и снять кожу; голову, внутренности и кости выбросить, мясо нарезать	100 г
растительное масло	200 мл
чеснок	4 зубчика
зелень петрушки, нарубленная	4 ст. л.
листья базилика, нарубленные	4—5 шт.
маленький стручок сладкого зеленого перца с удаленными семенами	1/2 шт.
сухое белое вино	80 мл
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные	500 г
соль	

Сложите в большую сковороду моллюсков, мидии и креветки, залейте их водой и сварите. Когда мидии и моллюски раскроются, выключите плиту, выньте их из раковин и переложите в отдельную посуду. Снимите панцири с креветок, мелко нарежьте мясо и положите к остальным морским продуктам. Жидкость, оставшуюся на сковороде, сохраните; чтобы в ней не оказалось песка, процедите ее через марлю.

Возьмите глубокую сковороду, налейте в нее оливкового масла, положите чеснок, петрушку, листья базилика, зеленый перец, тунец и анчоусы и жарьте в течение 2 мин. Затем мелко нарежьте моллюсков и положите их вместе с кальмарами на сковороду. Поджарьте, после чего маленькими порциями налейте вино. Увеличьте нагрев и ждите, пока выкипит вино. Затем добавьте помидоры, налейте жидкость, в которой варились морские продукты, и варите, не накрывая

крышкой, на среднем огне около 15 мин, после чего положите мидии и креветки и готовьте на медленном огне 5—10 мин. Добавьте соли.

Сварите макаронные изделия в большом объеме посоленной воды, пока они не станут мягкими, но не разварятся. Откиньте на дуршлаг, слейте воду и выложите макаронные изделия на сервировочное блюдо, полив соусом с морскими продуктами. Блюдо следует подавать на стол непосредственно после приготовления.

LUIGI VOLPICELLI AND SECONDINO FREDA
L'ANTIARTUSI: 1000 RICETTE

Тушеная говядина с лапшой по-швабски

Gaisburger Marsch mit Spätzle

На 4 порции

вареная говядина, нарезанная кубиками	400 г
помидоры, нарезанные кубиками	400 г
соль	
крепкий мясной бульон *(см. стр. 165)*	1,5 л
свеженатертый мускатный орех	
сливочное масло или сало	50 г
репчатый лук, нарубленный	8 ст. л.
лук-резанец, тонко нарезанный	2 ст. л.
ломтики хлеба, поджаренные (необязательно)	
Лапша из обрезков теста	
мука	500 г
яйца большого размера	4 шт.
соль	1 ч. л.

Отварите картофель в слегка подсоленной воде в течение 10 мин. Не переварите, потому что в этом случае картофель получится мучнистым. Слейте воду в отдельную посуду.

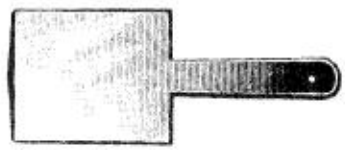
Для приготовления лапши смешайте муку с яйцами, посолите и хорошенько взбейте так, чтобы на поверхности теста появились пузыри. Если тесто получилось слишком густое, чтобы раскатать его, добавьте в него 1—2 ст. л. холодной воды. Налейте в кастрюлю воды и вскипятите ее. Зачерпните ложкой приблизительно 100 г теста и положите на разделочную доску. Раскатайте тесто так, чтобы с края доски появилась полоска шириной 5 мм, отрежьте ее и бросьте в кипящую воду. Повторите эту процедуру с оставшимся тестом, периодически опуская нож в холодную воду, чтобы он не прилипал к тесту.

Постепенно вторично доведите воду до кипения и варите лапшу до тех пор, пока она не всплывет. Всплывшие полоски лапши сразу же выньте из кастрюли при помощи шумовки и опустите в холодную воду. Когда вся лапша будет готова, откиньте ее на дуршлаг и промойте под струей холодной воды.

Возьмите кастрюлю, положите в нее вареный картофель, кусочки говядины и залейте их мясным бульоном и 150 мл воды, в которой варился картофель. Посолите по вкусу и бросьте щепотку тертого мускатного ореха. На сковороде растопите сливочное масло и слегка обжарьте на нем репчатый лук, пока он не станет золотистым.

Добавьте в кастрюлю лапшу и тушите в течение 5 мин, чтобы лапша полностью разогрелась. Перед подачей блюда на стол положите в него жареный лук и посыпьте луком-резанцем. В качестве гарнира к этому блюду можно использовать нарезанный кубиками поджаренный хлеб.

HANS KARL ADAM
DAS KOCHBUCH AUS SCHWABEN



«Трахана» с сыром

Liuta Trahana

«Трахана», *изделие из дрожжевого теста с приятным кисловатым вкусом, является одним из наиболее древних продуктов, произведенных из зерновых культур. Оно широко распространено на Балканах и в странах, ранее входящих в состав Османской империи. На приготовление* «траханы» *требуется минимум две недели, а также наличие сухого, солнечного климата. Овощное пюре, изготовленное из таких овощей, как кабачки цукини, сладкие перцы чили и иногда острые чили, смешивают с мукой и получают тесто. В него добавляют смесь из кислого теста (для приготовления такого теста муку разводят водой и на несколько дней ставят в теплое место, чтобы оно заквасилось) и молотых семян кунжута, а затем ставят на несколько дней в теплое место. Когда объем теста увеличивается вдвое, его протирают сквозь сито или разрезают на мелкие кусочки размером с горошину и кладут сушиться до тех пор, пока тесто не станет совершенно сухим и твердым — минимум на 1 неделю. К счастью, готовую* «трахану» *можно купить в греческих, кипрских или турецких лавках. Лучше всего хранить этот продукт в льняных мешках, которые хорошо пропускают воздух и в которых* «трахана» *всегда будет оставаться свежей и сухой. Как и любой другой сорт макаронных изделий,* «трахану» *можно сварить и подать на стол в качестве гарнира к мясным и рыбным блюдам или просто с сыром. Сыр* «сирене», *указанный в данном рецепте,— это сорт соленого белого сыра, напоминающего греческий сыр* «фета».

На 4 порции

трахана	280 г
репчатый лук, нарезанный кружками	60 г
сливочное масло	60 г
паприка	1 ч. л.
кипяток	2,5 л
соль	4 ч. л.
сыр «сирене», раскрошенный вилкой	125 г

Обжарьте репчатый лук на сливочном масле. Снимите сковороду с плиты и смешайте лук с паприкой.

Вскипятите в кастрюле воду, посолите и засыпьте *«трахану»*. Варите на сильном огне в течение 3 мин или же до тех пор, пока *«трахана»* не станет снаружи мягкой, после чего сразу же откиньте ее на дуршлаг, слейте воду и подайте на стол в теплых тарелках. Перед подачей на стол полейте блюдо смесью из жареного лука и паприки и посыпьте тертым сыром.

DR. L. PETROV, DR. E. IORDANOV AND S. UZUNOVA
BULGARSKA NAZIONALNA KUCHNIYA

«Жаркое, которое всегда бывает вкусным»

Minestra Sempre Buona

«Патерностри» *и* «авэмарии» — *два сорта макаронных изделий; «патерностри» представляют собой ребристые дырчатые макаронные изделия; «авэмариз» — меньше по размеру и не имеют ребристой поверхности. Для приготовления «минестры» подойдут любые макаронные изделия средних размеров* — «ракушки», «веретено» *или* «колеса» *(см. стр. 10). Бобовый отвар можно заменить мясным бульоном со специями (рецепт на стр. 165).*

Рецепт этого очень древнего блюда пришел к нам из Камайоре — небольшого городка, расположенного в Италии. «Минестра» готовится также, как обыкновенное ризотто, но вместо риса в нее кладут макаронные изделия.

На 4 порции

«патерностри» или «авэмарии» или любые другие макаронные изделия среднего размера	350 г
растительное масло	6 ст. л.
репчатый лук, мелко нарубленный	1 шт.
морковь, мелко нарезанная	1 шт.
листья сельдерея, мелко нарубленные	3—4 шт.
чеснок, мелко нарубленный	1 зубчик
тертый мускатный орех (не обязательно)	
бобовый отвар, доведенный до кипения	1,25 л

Возьмите кастрюлю, налейте в нее растительное масло, нагрейте, положите лук, морковь, сельдерей, чеснок и, если есть, мускатный орех. Поджарьте на медленном огне. Эта смесь по-итальянски называется *«battuto»*. Когда *«battuto»* слегка пожарится, добавьте в кастрюлю макаронные изделия и обжарьте их, помешивая, до тех пор, пока они не начнут коричневеть, после чего маленькими порциями налейте бобовый отвар. Варите, непрерывно помешивая, до тех пор, пока макаронные изделия не будут готовы. У вас должно получиться блюдо, по своей консистенции напоминающее ризотто.

«Тальятелле» с ветчиной

Tagliatelle al Prosciutto

На 6 порций

«тальятелле»	750 г
вареная ветчина «прошутто», нарезанная тонкими ломтиками и разрезанная на полоски шириной 5 мм	150 г
соль	
сливочное масло	125 г
«пармезан», натертый на мелкой терке	60 г
свежемолотый черный перец	

Налейте в кастрюлю воды, посолите, доведите до кипения и засыпьте «тальятелле». Пока варятся макаронные изделия, положите в небольшую сковороду сливочное масло и поставьте ее на очень медленный огонь. Как только масло начнет таять, положите в него полоски «прошутто»: ветчина должна только разогреться, но не поджариться.

Когда «тальятелле» будут готовы, откиньте их на дуршлаг, слейте воду и переложите на теплое сервировочное блюдо. Сверху посыпьте тертым «пармезаном», сильно поперчите, добавьте кусочки ветчины и подайте на стол.

ENRICA AND VERNON JARRATT
THE COMPLETE BOOK OF PASTA)

«Тренетте» с «песто»

«Песто» по своей консистенции гуще, чем обычный соус и, как говорится в самом названии (*«pesto»* — от итальянского *«pestare»*, «толочь»), готовится в ступке, где при помощи пестика измельчают все ингредиенты. В начале приготовления можно положите в «песто» 1 ст. л. семян пинии или несколько столовых ложек кислого молока или сметаны. С овечьим сыром можно смешать немного «пармезана».

На 4—6 порций

«тренетте»	500 г
картофель среднего размера, очищенный и нарезанный на кусочки	3 шт.
свежие бобы, тонко нарезанные	90 г
соль	
«пармезан», натертый	около 30 г
«Песто»	
листья базилика, вымытые и измельченные	36 шт.
чеснок, нарезанный	3 зубчика
крупная соль	
овечий сыр, натертый	90 г
оливковое масло	1 ст. л.

Чтобы приготовить «песто», измельчите в ступке чеснок и базилик, добавляя их маленькими порциями, и посыпьте небольшим количеством крупной соли. Добавляйте в ступку новые порции чеснока и базилика только после того, как предыдущая превратилась в однородную массу. Когда весь чеснок и весь базилик будет использован, продолжайте толочь массу круговыми движениями, постепенно добавляя в нее тертый овечий сыр, пока масса не достигнет консистенции весьма густого соуса. Разбавьте его небольшим количеством растительного масла (лучше всего использовать рафинированное, осветленное масло).

В большом объеме подсоленной кипящей воды сварите картофель в течение 10 мин, после чего засыпьте «тренетте», а еще через 5 мин добавьте свежие бобы (бобы должны быть совсем молодыми). Когда «тренетте» станут *al dente* — приблизительно через 10 мин,— откиньте содержимое на дуршлаг и процедите. Смешайте картофель, «тренетте» и бобы с «песто» и подайте на стол, положив в отдельную посуду тертый «пармезан».

VINCENZO BUONASSISI
THE CLASSIC BOOK OF PASTA

Жареные и печеные макаронные изделия. Макаронники

Лапша, поджаренная с обеих сторон

Liang Mien Huang

На 2—4 порции

домашняя яичная лапша	250 г
сушеные грибы большого размера	6 шт.
сушеные молодые ростки бамбука	90 г
теплая вода	350 мл
китайская капуста или любой другой сорт жесткой зеленой капусты, нашинкованная	180 г
кукурузное или арахисовое масло	5 ст. л.
соевый соус	1 ст. л.
сахар	1/2 ч. л.
кукурузная мука	2 ч. л.
кунжутное масло	1 ч. л.

Вымойте грибы и побеги бамбука и положите их в теплую воду на 1 ч, после чего выжмите их насухо, сохранив воду, в которой они вымачивались. Мелко нарежьте грибы и побеги бамбука и положите их в тарелку с капустой.

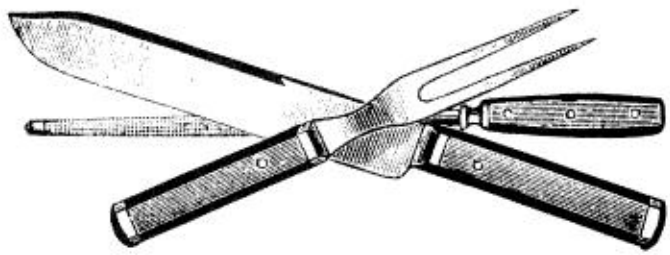
Вскипятите 2 л воды, бросьте в кастрюлю лапшу и варите 2—3 мин. Затем откиньте лапшу на дуршлаг, слейте воду и добавьте в макаронные изделия 1 ст. л. арахисового или кукурузного масла. выложите лапшу на тарелку и остудите.

Поставьте на плиту большую сковороду и сильно нагрейте ее. Налейте 1 ст. л. растительного масла — оно должно растечься по всему дну. Переложите на сковороду вареную лапшу так, чтобы она полностью покрыла дно, и готовьте в течение приблизительно 5 мин. Когда лапша начнет поджариваться, помешайте, жарьте еще 2 мин, после чего переверните лапшевник, добавьте еще 1 ст. л. растительного масла и поджарьте его с другой стороны. Затем переложите лапшевник на деревянное блюдо и поставьте в теплую духовку, чтобы он не остыл.

Поставьте на плиту кастрюлю, налейте в нее оставшееся кукурузное или арахисовое масло (2 ст. л.), положите грибы, побеги бамбука и капусту и поджарьте, непрерывно помешивая, в течение 2 мин или до тех пор, пока овощи и грибы не станут мягкими. Полейте их соевым соусом и посыпьте сахаром. Помешайте, чтобы смесь получилась однородной.

Процедите жидкость, в которой вымачивались грибы и побеги бамбука, и медленно налейте 125 мл этой жидкости в кастрюлю. Насыпьте в чашку кукурузную муку и разведите ее 4 ст. л. жидкости, а остаток жидкости вылейте. Когда вода в кастрюле начнет закипать, соедините ее с хорошо разведенной смесью из чашки. Когда содержимое кастрюли начнет покрываться глазурью, плесните кунжутного масла и тщательно перемешайте. Достаньте из духовки лапшевник, положите на него овощи и грибы, полейте все соусом и подайте блюдо на стол горячим.

FLORENCE LIN
FLORENCE LIN'S CHINESE VEGETARIAN COOKBOOK



Жареная домашняя яичная лапша с курицей

Chow San Min

На 4 порции

домашняя яичная лапша	500 г
куриные грудки; кости удалить, очистить кожу и тонко нарезать	175 г
арахисовое масло	3—4 ст. л.
побеги бамбука, тонко нарезанные	60 г
грибы, тонко нарезанные	60 г
соль	
кукурузная мука, разведенная небольшим количеством воды	1 ч. л.
кунжутное масло	
перья зеленого лука, мелко нарубленные	2—3

Вскипятите в кастрюле воду, положите в нее домашнюю лапшу и варите в течение 30 сек, затем откиньте лапшу на дуршлаг и промойте под струей холодной воды в течение 10 сек. Переложите вареную лапшу на горячую сковороду с растительным маслом и жарьте, помешивая время от времени, в течение 1 мин, после чего выложите лапшу на теплое сервировочное блюдо.

На сковороду, смазанную растительным маслом, положите кусочки курицы и жарьте на сильном огне в течение 30 секунд. Добавьте побеги бамбука и грибы и жарьте еще 1 мин. Посолите готовую смесь по вкусу, затем добавьте в нее муку, разведенную водой, плесните несколько капель кунжутного масла и готовьте еще 1 мин.

Выложите приготовленную смесь поверх лапши и украсьте блюдо мелко нарубленным зеленым луком.

S. K. CHENG (EDITOR)
SHANGHAI RESTAURANT CHINESE COOKERY BOOK

Жареная Китайская яичная лапша

Tch'ao Mienn

О том, как следует жарить лапшу, рассказано на стр. 66.

На 4 порции

Китайская яичная лапша	250 г
сало	200 г
большие креветки или пильчатые креветки без панциря	250 г
свинина, прокрученная в мясорубке	175 г
краб, сваренный; мясо вынуть	1 шт.
соль	
кунжутное масло	2 ст. л.
уксус	1 ст. л.

Положите лапшу в кипящую воду и варите в течение 3 мин или до тех пор, пока она частично не станет мягкой. Откиньте на дуршлаг, промойте под струей холодной воды и дайте воде стечь. На сковороде растопите 30 г сала и поджарьте на нем мясо креветок или пильчатых креветок в течение 1 мин, после чего снимите мясо со сковороды и отложите в сторону. В ту же сковороду положите кусочки свинины и готовьте их до тех пор, пока они не начнут поджариваться; снимите и отложите. На том же сале поджарьте мясо краба в течение 1 мин; снимите и отложите. В большой сковороде растопите оставшееся сало, положите в нее вареную лапшу и жарьте до тех пор, пока лапша не станет золотистого цвета. Положите в нее мясо креветок или пильчатых креветок, кусочки свинины и краба, посолите и полейте кунжутным маслом и уксусом.

H. LECOURT
LA CUISINE CHINOISE

Спагетти с грудинкой и яйцами

Spaghetti alla Carbonara

Чтобы вкус блюда получился более пикантным и даже острым, можно заменить некоторые ингредиенты другими продуктами, в частности: вместо сырой грудинки использовать копченый бекон и смешать «пармезан» с 1—2 ст. л. овечьего сыра.

На 4 порции

спагетти	350 г
сырая слоеная грудинка, нарезанная на маленькие полоски	100 г
яичные желтки	4 шт.
оливковое масло или 15 г сливочного масла	1 ст. л.
нежирные сливки	2 ст. л.
«пармезан», натертый	50 г
свежемолотый черный перец	

Возьмите большую сковороду, налейте в нее оливковое масло или растопите кусок сливочного масла, положите в масло грудинку и слегка поджарьте их на среднем огне, пока жир, содержащийся в грудинке, не растает. Снимите сковороду с плиты и поставьте в теплое место.

В большом объеме кипящей, подсоленной воды сварите спагетти. Пока варятся макаронные изделия, положите в миску яичные желтки и взбейте их венчиком, затем добавьте в миску сливки, насыпьте половину тертого сыра и хорошенько поперчите смесь черным перцем (количество перца зависит от вашего вкуса). Теперь проверьте, готовы ли спагетти — они должны оставаться твердыми в сердцевине,— откиньте их на дуршлаг, слейте воду и переложите на сковороду с грудинкой. Поставьте сковороду на небольшой огонь и размешайте так, чтобы спагетти пропитались ароматом грудинки, затем снимите блюдо с плиты и полейте сверху приготовленным в миске яичным соусом. Быстро перемешайте и сразу же подайте блюдо на стол. В отдельной посуде подайте к лапше оставшийся тертый «пармезан».

ANNA MARTINI (EDITOR)
PASTA & PIZZA

Вермишель по-каталонски

Fideos a la Catalana

На 4 порции

толстая вермишель	500 г
свиные ребра, нарубленные специальным ножом на куски длиной 5 см	300 г
сало	30 г
репчатый лук, нарубленный	1 шт.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные	200 г
зелень петрушки, нарубленная	2 ст. л.
«чорисо» или любой другой вид копченой острой колбасы с чесноком, нарезанный на кусочки	100 г
кипяток	1 л
соль	

Возьмите большую сковороду, поставьте ее на средний огонь и поджарьте на сале свиные ребра. Когда мясо слегка поджарится, добавьте на сковороду репчатый лук. Когда лук станет золотистым, положите помидоры и петрушку. Затем положите на сковороду кусочки колбасы и обжарьте их равномерно со всех сторон.

Возьмите вермишель, наломайте ее так, чтобы она уместилась на сковороде. Равномерно поджарьте вермишель, затем залейте кипящую воду. Посолите, накройте крышкой и варите на медленном огне в течение 10 мин или до тех пор, пока вермишель не будет готова и количество воды заметно уменьшится.

VICTORIA SERRA
TIA VICTORIA'S SPANISH KITCHEN

Жареная рисовая лапша

Chao Mifen

Поскольку традиционно жареную лапшу считают весьма экономичным блюдом, для ее приготовления можно использовать меньше мяса, чем указано в рецепте. «Древесные уши» (auricuaria poytricha) *— это маленькие, сморщенные, студени-*

стые сушеные грибы черного цвета. Они продаются на вес в китайских продуктовых магазинах.

На 4—5 порций

сухая рисовая лапша	500 г
кипяток	1,25 л
«древесные уши»	60 г
свиная отбивная, содержащая 250—350 г мяса	2—3 шт.
соевый соус	4 ст. л.
кукурузная мука	1 ч. л.
«перья» зеленого лука, обрезанные	5 шт.
арахисовое масло	80 мл
соль	2 ч. л.
кунжутное масло	4 ч. л.

Возьмите большую миску, положите в нее сухую рисовую лапшу и залейте ее 1 л кипящей воды. Оставьте на 15 мин вымачиваться, затем откиньте лапшу на дуршлаг и дважды промойте под струей холодной воды.

В маленькую миску положите грибы, залейте их оставшимся кипятком и вымачивайте в течение 10 мин. Затем процедите и промойте под водой, осторожно удалив с грибов все инородные частицы, например, щепки, которые могли в них попасть.

Чтобы было проще тонко нарезать свинину, положите ее на 10 мин в холодильник: мясо должно стать тверже, но не заморозиться. Затем достаньте свинину из холодильника и нарежьте на полоски длиной приблизительно 7,5 см и шириной 5 мм. Полейте их 3 ст. л. соевого соуса, добавьте кукурузную муку и хорошенько все перемешайте.

Возьмите 2 «пера» зеленого лука, разрежьте их пополам (включая белую часть) и нарежьте на длинные тонкие полосы; добавьте лук в посуду с мясом. Оставшиеся «перья» нарежьте на кусочки длиной 5 см и мелко их нарубите. Отложите нарезанный лук в сторону.

Возьмите сковороду, поставьте ее на 15 секунд на сильный огонь, после чего налейте арахисовое масло. Когда на поверхности масла возникнут первые пузыри, и появится легкий дымок, можно добавлять в него свинину. Положите на сковороду мясо и специи, и жарьте в течение 15 сек, непрерывно помешивая и переворачивая полоски свинины при помощи ложки или широкого рыбного ножа.

Добавьте «древесные уши» и жарьте, не переставая помешивать, еще 1 мин, после чего снимите свинину и грибы со сковороды, оставив на ней лишь несколько столовых ложек смеси.

Положите на сковороду с остатками мяса и грибов лапшу и мелко нарезанный зеленый лук, посолите и полейте кунжутным маслом. Жарьте лапшу в течение 2 мин, непрерывно помешивая, чтобы она не прилипала к стенкам сковороды. Затем снова положите на сковороду частично приготовленные свинину и «древесные уши» и полейте их остатками соевого соуса. Готовьте лапшу на сильном огне в течение 10 мин: не переставайте помешивать, чтобы лапша не пригорела и чтобы все ингредиенты были поджарены равномерно. К этому моменту лапша должна стать достаточно мягкой. Если же вы любите хрустящую лапшу, жарьте ее дольше — чем дольше вы будете жарить лапшу, тем более хрустящей она получится.

ELLEN AND JOHN SCHHRECKER
MRS. CHIANG'S SZECHWAN COOKBOOK

Зеленая лазанья с мясным соусом

Lasagne Verdi ala Bolognese

О том, как приготовить тесто зеленого цвета, рассказано на стр. 50.

На 6 порций

тесто со шпинатом *(см. стр. 167)*	1 кг
белый соус *(см. стр. 165)*	1/2 л
«пармезан», натертый	100 г
Мясной соус	
корейка или сырая грудинка или окорок, мелко нарезанная	200 г
постная говядина, провернутая через мясорубку	500 г
сельдерей и репчатый лук, мелко нарубленные	60 г каждого
морковь, мелко нарезанная	1 шт.
куриные потроха, провернутые через мясорубку	3 шт.
куриный бульон *(см. стр. 165)*	1 л
соль	
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные	1 кг
сливочное масло	200 г

Возьмите противень на 1,5 л. Раскатайте из зеленого теста тонкий пласт и вырежьте из него минимум 10 кругов или квадратов, в зависимости от формы противня, на котором вы будете готовить лазанью.

Возьмите сковороду, положите в нее корейку, грудинку или ветчину и жарьте в течение приблизительно 5 мин, затем добавьте говяжий фарш, сельдерей, лук, морковь и куриные потроха. Готовьте на достаточно сильном огне, периодически помешивая, в течение 20 мин, после чего налейте 300 мл куриного бульона и бросьте щепотку соли. Продолжая помешивать содержимое сковороды, слегка увеличьте под ней огонь и варите до тех пор, пока вся жидкость не выкипит — не менее 20 мин. Затем положите помидоры и сливочное масло и налейте оставшийся бульон. Готовьте не менее 90 мин или же до тех пор, пока смесь не достигнет консистенции густого соуса.

В сильно кипящей, посоленной воде сварите пласты теста: опускайте по одному пласту и варите до тех пор, пока тесто не станет мягким, но не разварится. Готовые лазаньи разложите сушиться на салфетки.

Смажьте противень небольшим количеством мясного соуса, на дно положите пласт теста, сверху полейте мясным соусом, затем положите слой белого соуса и, наконец, слой тертого сыра. Все это накройте новым пластом теста и снова положите слои мясного соуса, белого соуса и сыра — повторяйте эту операцию до тех пор, пока не закончатся все ингредиенты, положив последним слой белого соуса. Поставьте противень в духовку, предварительно нагретую до 200° С, и запекайте блюдо 15—20 мин или до тех пор, пока оно не подрумянится сверху. Блюдо подают на стол горячим.

LUIGI VOLPICELLI AND SECONDINO FREDA
L'ANTIARTUSI: 1000 RICETTE

Лазанья с телятиной и «моццареллой»

Lasagne all'Abruzzese

Способ приготовления теста для макаронных изделий изложен на стр. 44.

На 4 порции

тесто для макаронных изделий (см. стр. 167)	350 г
сыр «моццарелла», нарезанный кубиками	200 г
яйца, сваренные вкрутую и нарезанные кубиками	2 шт.
сливочное масло, растопленное	75 г
Соус из телятины	
телятина, прокрученная через мясорубку	250 г
сливочное масло	15 г
сухое белое вино	4 ст. л.
томатное пюре	350 г
соль и перец	
тертый «пармезан»	125 г
яйцо	1 шт.

Тонко раскатайте тесто и нарежьте его на полосы, размерами соответствующие размерам вашего противня. Вскипятите воду, посолите, опустите в нее свежеприготовленные макаронные изделия и варите их в течение 1 мин, затем откиньте на дуршлаг, слейте воду и разложите полоски теста сушиться на салфетке.

Для приготовления мясного соуса растопите сливочное масло и, как только оно начнет пениться, положите в него фарш и поджарьте его. Затем залейте фарш вином и готовьте его до тех пор, пока запах вина не улетучится. Добавьте в фарш томатное пюре и доведите содержимое сковороды до кипения. Посолите и поперчите. Убавьте нагрев и далее готовьте на медленном огне. В миске смешайте тертый «пармезан» с яйцом и медленно вылейте смесь в мясной соус. Готовьте до тех пор, пока соус не загустеет.

Возьмите противень, смажьте дно и стенки маслом и закройте их пластами теста. Сверху положите слой мясного соуса, затем равномерно посыпьте мелко нарезанным вареным яйцом и «моццареллой». Сверху положите еще один пласт теста и снова посыпьте его яйцом и «моццареллой». Продолжайте раскладывать слои тем же образом, закончив слоем теста. Сверху полейте лазанью топленым маслом и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 180° С, приблизительно на 15 мин или же до тех пор, пока тесто не начнет подрумяниваться сверху. Лазанью подают на стол горячей.

ANNA MARTINI
PASTA & PIZZA

Лазанья с четырьмя сортами сыра

Lasagne di Meluzza Comasca

«Проволоне» — *это итальянский копченый сыр. Его можно заменить любым сортом копченого сыра.* «Качокавалльо» *можно найти под названием* «качкеваль» *у торговцев греков или киприотов; если вы не смогли достать этот сорт, замените его «грийером». «Грийер» также можно заменить* «моццарелой»,— *свежий сыр из молока буйволицы, распространенный в Южной Италии.*

На 4 порции

лазаньи	350 г
«проволоне», нарезанный на тонкие ломтики	50 г
«качокавалльо», натертый	50 г
«моццарелла», нарезанный на тонкие ломтики	100 г
«пармезан», натертый	50 г
соль	
сливочное масло	75 г
сахарный песок, смешанный с 1 ч. л. молотой корицы	1 ст. л.

Сварите лазаньи в кипящей, подсоленной воде до состояния *al dente* и высушите, разложив на салфетке. Следите, чтобы тесто не высыхало полностью.

Возьмите полуторалитровую посуду для выпечки, смажьте ее сливочным маслом и положите на дно один слой теста. Сверху положите 1/2 часть нарезанного ломтиками «проволоне» и 1/2 часть тертого «качокавалльо». Положите новый слой лазаний, покройте его 1/2 частью «моццареллы» и 1/2 частью «пармезана». Затем положите еще один слой лазаний, смажьте его сливочным маслом и посыпьте 1/2 частью сахара, смешанного с корицей. Повторите, закончив слоем лазаний, смазанным маслом и посыпанным смесью сахарного песка и корицы. Поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 45 мин или до тех пор, пока оно слегка не подрумянится сверху.

MASSIMO ALBERINI
CENTO RICETTE STORICHE

Пудинг из творога и лапши по-чешски

Topfen-Nudel-Auflauf

На 4 порции

широкая лапша или «тальятелле»	250 г
творог	375 г
сметана или кислое молоко	1/4 л
соль	
бекон, нарезанный кубиками	125 г
репчатый лук, мелко порезанный	1 шт.
сливочное масло	15 г
яйца	3 шт.

Сварите макаронные изделия в подсоленной воде до полной готовности, откиньте их на дуршлаг, промойте под холодной водой и дайте воде стечь. Протрите творог сквозь мелкое сито, смешайте с 6 ст. л. сметаны или кислого молока и посолите. На сковороде поджарьте бекон с репчатым луком, пока бекон не станет хрустящим.

Возьмите глубокий противень, смажьте его сливочным маслом. На дно положите слой из макаронных изделий, который покройте слоем бекона и лука и сверху посыпьте тво-

рогом. Продолжайте раскладывать слоями макаронные изделия, смесь лука и бекона и творог так, чтобы сверху оказался слой творога.

В отдельной посуде смешайте яйца с остатками сметаны или кислого молока и полейте приготовленной смесью пудинг, после чего поставьте его запекаться в духовку, предварительно нагретую до температуры 180° С, на 45 мин или до тех пор, пока блюдо не подрумянится сверху. Пудинг подают на стол с салатом.

GRETE WILLINSKY
KOCHBUCH DER BÜCHERGILDE

Рулетики с начинкой

Cannelloni Laziali

Техника приготовления теста для макаронных изделий изложена на стр. 44; о том, как сделать из теста рулетики с начинкой, рассказывается на стр. 65.

На 6 порций

мука	350 г
яйца	4 шт.
соль	
оливковое масло	
мясной соус (см. стр. 167)	200 мл
«пармезан», натертый	120 г
сливочное масло	50 г
Мясная начинка	
сливочное масло	50 г
маленькая луковица, нарезанная	1 шт.
маленькая морковь, нарезанная	1 шт.
сельдерей, нарубленный	1 веточка
зелень петрушки, нарубленная	1 ст. л.
свиная филейная часть без костей, нарезанная	300 г
ветчина, нарезанная	50 г
сушеные грибы, вымоченные в теплой воде, пока не стали мягкими, и нарезанные	30 г
бараньи мозги, обваренные, почищенные и мелко нарезанные	1 шт.
соль и перец	
тертый мускатный орех	
белое вино	100 мл
мука	2 ч. л.
томатное пюре	300 г

Из яиц, муки и небольшого количества оливкового масла приготовьте тесто для макаронных изделий, посолите его. Раскатайте из теста пласт толщиной в 3 мм и нарежьте его на прямоугольники 7,5 на 10 см. Вскипятите воду, бросьте в нее прямоугольники из теста и варите 1 мин, затем достаньте их шумовкой и положите на салфетку остужаться.

Растопите на сковороде половину сливочного масла, положите в него лук, морковь, сельдерей и зелень петрушки. Слегка обжарьте их на слабом огне, затем добавьте свинину, ветчину и грибы. Перемешайте все ингредиенты и добавьте бараньи мозги. Жарьте еще несколько минут, периодически помешивая, затем посолите, поперчите и бросьте щепотку тертого мускатного ореха. Залейте смесь вином, увеличьте нагрев и готовьте на сильном огне до тех пор, пока большая часть вина не выкипит. Затем насыпьте муку, чтобы смесь загустела, и, наконец, добавьте в нее томат-пюре. Далее готовьте на среднем огне, пока смесь не достигнет консистенции очень густого соуса, после чего снимите сковороду с плиты, переложите готовую массу в миску и дайте ей остыть, чтобы она стала еще гуще.

Разложите начинку на прямоугольники из теста, сверните из них рулетики и выложите на противень, смазанный сливочным маслом. Сверху залейте рулетики мясным соусом, посыпьте тертым «пармезаном» и положите на них остатки сливочного масла, нарезанные на мелкие кусочки. Поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 180° С, приблизительно на 20 мин или до тех пор, пока блюдо не подрумянится сверху.

VINCENZO BUONASSISI
IL CODICE DELLA PASTA

«Лазанки» с ветчиной

Lazanki z Szynka

О том, как нарезать из теста маленькие квадраты, показано на стр. 48; о том, как нужно раскладывать их слоями, рассказывается на стр. 63.

«Лазанки» — так по-польски называются домашние макаронные изделия квадратной формы — можно также смешать с вареной капустой или грибами или же подать на стол, посыпав тертым «пармезаном».

На 4 порции

яйца; 3 шт. слегка взбить; у 3 шт. белки отделить от желтков, белки взбить до появления пены	6 шт.
мука	250 г
соль	
сливочное масло, размягченное	75 г
сметана	125 мл
ветчина, нарезанная	250 г

Смешайте взбитые яйца с мукой и замесите тесто. Тонко раскатайте полученное тесто и оставьте приблизительно на 30 мин сушиться. Затем нарежьте его на квадраты 1 на 1 см. В кастрюле вскипятите воду, посолите, опустите в нее приготовленные *«лазанки»* и варите в течение 3—5 мин или же до тех пор, пока они не станут мягкими. Слейте воду.

Смешайте вместе сливочное масло, яичные желтки и сметану, а затем положите в эту массу *«лазанки»*. Добавьте взбитые белки. Затем возьмите противень, вместимостью на 900 мл, смажьте его сливочным маслом и разложите чередующимися слоями *«лазанки»* и кусочки ветчины, закончив слоем теста. Поставьте приготовленное блюдо в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 1 ч. Блюдо должно подрумяниться сверху.

MARIA DISSLOWA
JAK GOTOWAK

Пудинг из макаронных изделий с мясным соусом

Sfurmatu d'Anilletti 'O Furnu

«Колечки» (anelletti *или* aniletti *на сицилийском диалекте) — это маленькие круглые макаронные изделия. Их можно заменить* «колесами» (ruote, *изображены на стр. 10) или любыми макаронными изделиями подходящего размера.* «Тума» *— это сицилийский сыр из козьего молока, он похож на творог, и, если у вас нет «тумы», вы можете использовать вместо него творог.*

На 6 порций

«колечки»	500 г
соль	
«тума», нарезанный ломтиками	50 г
«качокавалльо», натертый	100 г
сливочное масло, нарезанное на маленькие кусочки	80 г
толченые сухари	80 г
баклажан, нарезанный на кружочки и поджаренный в 2 ст. л. растительного масла (не обязательно)	1 шт.
яйца, сваренные вкрутую и нарезанные кружками (не обязательно)	2 шт.
Мясной соус	
постная говядина, провернутая через мясорубку	350 г
красное вино	1/4 л
лавровый лист	1 шт.
гвоздика	3 шт.
репчатый лук, нарезанный кружками	1 шт.
зелень петрушки, нарубленная	2 ст. л.
растительное масло	2 ст. л.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и крупно нарезанные	300 г
грецкий орех, растолченный или перемолотый	5 шт.
молотая корица	
соль и перец	
баклажан, нарезанный на кружочки и поджаренный в 2 ст. л. растительного масла	1 шт.

Для приготовления соуса возьмите красное вино, бросьте лавровый лист и гвоздику и положите в него говяжий фарш на 2 ч. Затем достаньте фарш, а маринад вылейте.

Поджарьте на растительном масле репчатый лук и петрушку, затем добавьте фарш и готовьте его в течение 10 мин, периодически помешивая, после чего положите помидоры, грецкие орехи и щепотку корицы. Посолите и поперчите смесь и добавьте в нее жареные баклажаны. Хорошенько все перемешайте. Выньте смесь из сковороды и измельчите ее при помощи «серпа» или другого кухонного ножа.

В кипящей и подсоленной воде сварите макаронные изделия, пока они не будут *al dente*. Откиньте готовые макаронные изделия на дуршлаг, слейте воду и смешайте их с мясным соусом. Добавьте ломтики «тумы», посыпьте тертым «качокавалльо» и перемешайте. Возьмите форму для изготовления суфле на 1,75 л, смажьте ее маслом и слегка посыпьте сухарями. Дно и стенки посуды можно выложить ломтиками баклажанов и кружками вареных яиц — это украсит ваш пудинг. Залейте в форму смесь, сверху посыпьте остатками сухарей, положите кусочки сливочного масла и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 15 мин. Затем выньте пудинг из духовки, дайте ему 10 мин постоять, после чего выньте его из формы на теплое сервировочное блюдо.

PINO CORRENTI
IL LIBRO D'ORO DELLA CUCINA E DEI VINI DI SICILIA

Запеканка из баклажанов с макаронными изделиями

Timballo di Maccheroni al Forno

На 4 порции

«перья», сваренные и процеженные	250 г
баклажаны, разрезанные вдоль на ломтики толщиной 5 мм	4 шт.
растительное масло	
мука	
яйца; добавить 3 ст. л. тертого «пармезана», посолить, поперчить и взбить	2 шт.
сало	
томатный соус *(см. стр. 166)*	около 900 мл
итальянские свиные сосиски, поджаренные и раскрошенные	2 шт.
куриная печень, поджаренная и нарезанная	1 шт.
вареный язык, нарезанный кружками, в свою очередь разрезанные на полоски	1 шт.
белое куриное мясо, отваренное и нарезанное	30 г
вареный горох	60 г
яйца, сваренные вкрутую и нарезанные	1 шт.
«моццарелла», нарезанный	30 г
тертый «пармезан»	3—4 ст. л.

Обжарьте ломтики баклажанов с обеих сторон на растительном масле, пока они не станут золотистого цвета. Высушите, выложив на пергамент, затем обваляйте в муке и обмакните в смесь из яиц и тертого «пармезана». Снова положите баклажаны на сковороду и готовьте до тех пор, пока они не поджарятся с обеих сторон; обсушите. Возьмите четыре формы, смажьте их салом и выложите дно и стенки ломтиками баклажанов. Оставьте несколько ломтиков для того, чтобы положить их сверху.

Смешайте вареные «перья» с большей частью томатного соуса, оставив немного соуса для того, чтобы украсить готовое блюдо. Смешайте в одной посуде сосиски, куриную печень, кусочки вареного языка, куриное мясо, горох, яйца, «моццареллу», добавьте 2 ст. л. «пармезана». Наполните формы, выложенные кусочками баклажана, начинкой. Сверху накройте их остатками баклажанов, слегка полейте томатным соусом и посыпьте оставшимся тертым сыром. Накройте каждую форму листом фольги и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 190° С, на 25 мин, после чего

достаньте формы, выньте из них запеканки и подайте на стол как отдельные порции.

FRANCO LAGATTOLLA
THE RECIPES THAT MADE A MILLON

Замечательные «рожки» с сыром

На 4 порции

«рожки»	250 г
выдержанный «чеддер», натертый	250 г
сливочное масло	40 г
репчатый лук, нарезанный	30 г
мука	30 г
соль	1/2 ч. л.
перец	1/8 ч. л.
жирные сливки	1/4 л
сухое белое вино	125 мл

Варите макаронные изделия до тех пор, пока они не начнут становиться мягкими. Слейте воду. На сковороде растопите сливочное масло и поджарьте репчатый лук. Приблизительно через 10 мин, когда лук станет мягким, добавьте в него муку, соль и перец. Затем маленькими порциями залейте сливки и вино и готовьте эту смесь на медленном огне, непрерывно помешивая, пока соус не загустеет. Добавьте в него сыр и помешайте, чтобы он расплавился. Смешайте «рожки» с сырным соусом. Возьмите полуторалитровую кастрюлю, переложите в нее макаронные изделия и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 15 мин или же до тех пор, пока блюдо полностью не прогреется. «Рожки» подают на стол на смазанном сливочном маслом листе шпината.

JOSÉ WILSON (EDITOR)
HOUSE AND GARDEN'S NEW COOKBOOK

Пирог с начинкой из макарон

Timpalle di Maccheroni al Latte

На 6 порций

макароны	500 г
песочное тесто *(см. стр. 166)*	500 г
молоко	1 л
«пармезан», натертый	90 г
сливочное масло	60 г
«моццарелла», тонко нарезанный	150 г
яйца, сваренные вкрутую и разрезанные на 4 части	3 шт.
соль и свежемолотый перец	

Возьмите большую кастрюлю или глубокую форму для выпечки, раскатайте две трети от всего теста и выложите им дно и стенки посуды. Одну треть теста оставьте для приготовления крышки для пирога.

Поставьте на плиту две кастрюли, в одной вскипятите молоко, в другую налейте воду, доведите до кипения, посолите, засыпьте в нее макароны и варите их до полуготовности. Затем слейте воду и доварите макароны в молоке — следите, чтобы они не переварились. Когда макароны будут готовы, слейте часть молока и заправьте макароны тертым «пармезаном» и сливочным маслом. Затем возьмите форму и начините «корзиночку» из теста макаронами, сначала посолив и поперчив их, а затем разложив слоями, между которыми поместите ломтики «моццареллы» и четвертинки вареного яйца. Следите, чтобы слои плотно прилегали друг к другу. Когда «корзиночка» из теста заполнится начинкой, накройте ее сверху крышкой из теста и плотно запечатайте края, чтобы между «корзиночкой» и крышкой не было щели.

Поставьте пирог в духовку, предварительно нагретую до 190° С, на 40 мин или до тех пор, пока тесто не станет хрустящим и не подрумянится.

IPPOLITO CAVALCANTI, DUCA DI BUONVICINO
CUCINA TEORICO-PRACTICA

Макаронник

Le Macaroni au Gratin

На 4—6 порций

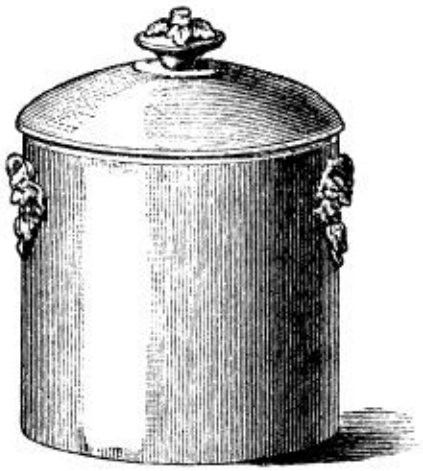
длинные макароны	500 г
вода	2 л
соль	
молоко	1 л
смесь специй	1/4 ч. л.
свежемолотый черный перец	
мускатный орех	
сливочное масло, размягченное и разрезанное на маленькие кусочки	60 г
«грийер», натертый	100 г
«пармезан», натертый	50 г
толченые сухари	50 г

В большой кастрюле вскипятите воду и хорошенько посолите. Засыпьте макароны и варите их, пока они не станут *al dente*. Откиньте макароны на дуршлаг, слейте воду и поставьте их в теплое место. Налейте в кастрюлю молоко, доведите до кипения, бросьте в него щепотку соли, специи, немного черного перца и натрите небольшое количество мускатного ореха. Кипятите на медленном огне в течение 5 мин.

Возьмите вареные макароны, заправьте их сливочным маслом, тертым «грийером» и хорошенько перемешайте, чтобы сыр не слипся в комки. Затем переложите макароны на смазанный сливочным маслом противень и залейте таким количеством молока, чтобы в кастрюле осталось 1/4 л. Поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 220° С. Через 15 мин достаньте противень; если макароны стали сухими, добавьте в них еще немного молока. Затем посыпьте макароны тертым «пармезаном», смешанным с толчеными сухарями, и снова поставьте блюдо в духовку, нагретую до 230—240° С, на 10 мин или до тех пор, пока блюдо не покроется румяной корочкой. Вместо духовки можно использовать горячую печь-гриль.

Макаронник подают на стол на противне. Если же вы решили не подавать блюдо на стол непосредственно после приготовления, поставьте его в теплую выключенную духовку.

ALBIN MARTY
FOURMIGUETTO: SOUVENIRS, CONTES DU LANGUEDOC



Запеканка из макарон и сардин по-сицилийски

Pasta con le Sarde

На 6 порций

короткие макароны или «рожки»	500 г
филе из свежих сардин	500 г
луковицы фенхеля, почищенные	500 г
мука	
оливковое масло	1/4 л
шалот, мелко нарубленный	3—4 шт.
соленые анчоусы, вымоченные в воде, разделанные на филе, промытые и высушенные	3 шт.
толченый шафран, смешанный с небольшим количеством горячей воды	1/4 ч. л.
«султана» (бессемянный изюм), вымоченный в теплой воде в течение 15 мин и процеженный	50 г
семена пинии	100 г
соль и свежемолотый перец	

Положите луковицы фенхеля в кипящую воду и варите в течение 10 мин. Затем достаньте луковицы из кастрюли, процедите и нарежьте на мелкие кусочки. Жидкость, в которой варился фенхель, не выливайте.

Возьмите третью часть сардин и измельчите рыбу так, чтобы ее можно было использовать для приготовления соуса. Оставшиеся сардины обваляйте в муке и слегка обжарьте на сковороде, предварительно разогрев в ней половину всего оливкового масла. Затем дайте маслу впитаться и отложите рыбу в отдельную посуду.

Нагрейте на сковороде 4 ст. л. оливкового масла и обжарьте шалот, пока он не станет золотистым, после чего добавьте мелко нарезанные сардины и подавите кусочки рыбы ложкой. Положите на сковороду фенхель и слегка поджарьте (не более 10 мин) все это, добавив, в случае необходимости, немного жидкости, в которой были сварены луковицы фенхеля.

Нагрейте оставшееся оливковое масло и поджарьте на нем анчоусы. Поставьте сковороду на очень медленный огонь и подавите вилкой анчоусы так, чтобы они превратились в кашицу, после чего добавьте их в рыбный соус. Посыпьте соус толченым шафраном, положите в него изюм, семена пинии, слегка посолите и поперчите и продолжайте готовить в течение еще нескольких минут.

Пока готовится соус, сварите макароны на отваре, который остался у вас после варки фенхеля, добавив в него в случае необходимости воды и посолив, откиньте готовые макароны на дуршлаг.

Смешайте макароны с соусом, положите слой макарон на противень, сверху поместите жареные сардины и накройте их еще одним слоем макарон — продолжайте чередовать слои из макаронных изделий и рыбы, закончив блюдо слоем макарон. Поставьте противень в духовку, предварительно нагретую до 190° С, на 15 мин.

ALAN DAVIDSON
MEDITERRANEAN SEAFOOD

Запеканка из макарон с мясным соусом

Pasticcio Macaronia

На 6—8 порций

макароны	500 г
молодая баранина, провернутая в мясорубке	1 кг
сливочное масло	60 г
маленькая луковица, мелко нарубленная	1 шт.
чеснок, нарезанный	1 зубчик
соль	2 ч. л.
перец	1/2 ч. л.
зелень петрушки, нарубленная	4 ст. л.
сухое белое вино	125 мл
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кубиками	350 г
яйца: у 2 яиц отделить белки от желтков	4 шт.
белый соус *(см. стр. 165)*, приготовленный с мускатным орехом	1 л
«грийер», натертый	500 г

Растопите сливочное масло в большой сковороде, положите в нее фарш и репчатый лук и готовьте, непрерывно помешивая, до тех пор, пока они слегка не обжарятся. Затем положите чеснок, посолите, поперчите, посыпьте петрушкой, налейте вино и положите помидоры. Накройте сковороду крышкой и жарьте на среднем огне, пока мясо не достигнет полной готовности, а помидоры не превратятся в пюре. Снимите сковороду с плиты, остудите мясо и добавьте в него яичные белки.

Приготовьте белый соус, добавьте в него тертый сыр, 2 сырых яйца и 2 яичных желтка. Отложите соус в сторону.

В кипящую, подсоленную воду засыпьте макароны и варите их до полуготовности, после чего процедите макароны и снова положите их в кастрюлю. Заправьте маленькими кусочками сливочного масла.

Возьмите противень площадью 35 на 25 см и глубиной около 5 см, смажьте его сливочным маслом и переложите в него макароны. Посыпьте их 125 г сыра, затем положите мясо, накройте его оставшимися макаронами, посыпьте их небольшим количеством сыра и полейте соусом. Сверху посыпьте блюдо остатками сыра и поставьте запекаться в духов-

ку, предварительно нагретую до 180° С, на 45 мин или до тех пор, пока запеканка не подрумянится сверху. Достаньте блюдо из духовки и поставьте минут на 20 в теплое место, после чего разрежьте на небольшие квадраты и подайте на стол.

CHRISSA PARADISSIS
THE BEST BOOK OF GREEK COOKERY

«Каннеллони» с начинкой из шпината и творога

Panzerotti

О приготовлении теста для макаронных изделий рассказывается на стр. 44; о том, как сделать рулеты с начинкой, показано на стр. 65. «Маскарпоне» и «крещенца» — это различные сорта сливочного сыра.

Для этого изысканного блюда можно использовать как готовые «каннеллони», так и «каннеллони», сделанные в домашних условиях. Белый соус при желании можно заменить жирными сливками.

На 4 порции

большие «каннеллони»	16 шт.
соль	
белый соус (см. стр. 165)	около 1/2 л
Начинка из шпината и творога	
шпинат; удалить стебли, листья отварить в течение 2 мин, затем отжать и нарубить	500 г
соль	
творог	300 г
«пармезан», натертый	200 г
«маскарпоне» или «крещенца»	150 г
свежемолотый перец	
свеженатертый мускатный орех	

Возьмите большую кастрюлю, налейте в нее воды, доведите воду до кипения и посолите. Когда вода закипит, положите в нее «каннеллони» — по одной штуке,— помешайте и варите на среднем огне до полуготовности (приблизительно 5—6 мин для готовых макаронных изделий и 2 мин для домашних, свежеприготовленных «каннеллони»), после чего снимите кастрюлю с плиты и переложите «каннеллони» в холодную воду. Затем процедите и разложите макаронные изделия на салфетки.

Пока варятся макаронные изделия, смешайте вареный шпинат с творогом, добавьте приблизительно половину всего тертого «пармезана», «маскароне» или «крещенцу», бросьте щепотку соли, перца и мускатного ореха. Хорошенько все перемешайте.

Возьмите противень такого размера, чтобы на нем могли поместиться в один слой все «каннеллони», и смажьте его сливочным маслом. Нагрейте духовку до температуры 180° С. Наполните «каннеллони» начинкой из шпината и творога и разложите их на противне. Блюдо посыпьте сверху остатками «пармезана» и полейте белым соусом, затем поставьте в духовку приблизительно на 20 мин или же до тех пор, пока соус не начнет пузыриться, а «каннеллони» слегка не подрумянятся. Выньте блюдо из духовки и подайте на стол.

FERNANDA GOSETTI
IN CUCINA CON FERNANDA GOSETTI

Лапшевник

Блюдо можно приготовить заранее и хранить в холодильнике, а когда потребуется, достать и поставить в духовку.

На 6—10 порций

«зити» или «ригатони», сваренная и процеженная	500 г
сливочное масло, нарезанное на кусочки	40 г
«пармезан», натертый	60 г
толченые сухари	4 ст. л.
большие яйца, слегка взбитые	1 шт.
«моццарелла», натертый на крупной терке	250 г
ветчина, тонко нарезанная и разрезанная на полоски	125 г
сметана (не обязательно)	

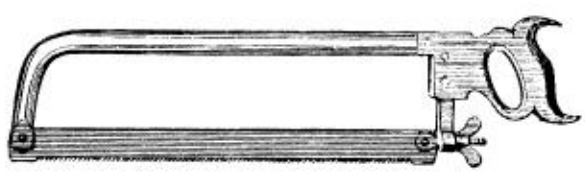
Положите макаронные изделия в кастрюлю, в которой они были сварены, заправьте их сливочным маслом и половиной всего тертого «пармезана» и несколько раз помешайте, чтобы они как следует пропитались маслом и равномерно были покрыты сыром. Отставьте кастрюлю в сторону.

Возьмите овальный противень или трехлитровую форму для изготовления суфле. В мерном стаканчике смешайте толченые сухари с остатками «пармезана», приблизительно четверть всей смеси насыпьте на противень и потрясите его так, чтобы сухари и сыр ровным слоем покрыли дно противня. Лишние крошки снова пересыпьте в стаканчик. Вылейте на противень слегка взбитые яйца, покачайте противень из стороны в сторону, чтобы равномерно распределить массу по дну, затем снова насыпьте на противень приблизительно 1/4 всей смеси сыра с сухарями и снова потрясите его, чтобы крошки легли ровным слоем; лишние крошки пересыпьте в стаканчик.

Возьмите приблизительно 1/3 часть всех макаронных изделий и выложите на смазанном крошками, сыром и яйцом противне; сверху положите 1/3 часть всей «моццареллы», половину ветчины и посыпьте 1/3 оставшейся смеси сыра с сухарями. Затем положите еще один слой макаронных изделий, слой «моццареллы», ветчины и снова посыпьте его смесью сухарей с сыром. И, наконец, положите последний слой макаронных изделий, накройте его ломтиками «моццареллы» и посыпьте остатками смеси.

Поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 20—30 мин, если блюдо было приготовлено сразу, и на 30—45 мин, если блюдо было приготовлено заранее и хранилось в холодильнике. Когда лапшевник будет готов, достаньте его из духовки и дайте ему 10 мин постоять, затем проведите лезвием ножа по стенкам формы и осторожно выложите лапшевник на теплое сервировочное блюдо. Вы можете украсить лапшевник, помазав его сверху сметаной. Разрежьте лапшевник на кусочки и подайте на стол.

KAREN GREEN
THE GREAT INTERNATIONAL NOODLE EXPERIENCE



Тимбал из макарон с начинкой из желез

Timbale de Macaroni aux Riz de Veau

Техника приготовления тимбала из макарон представлена на стр. 68. Вместо ступки и пестика вы можете пользоваться кухонным комбайном.

На 6—8 порций

длинные макароны	250 г
телячьи железы («сладкое мясо»); вымачивать в течение 1 ч в холодной воде, затем опустить на 2 мин в кипящую воду, после чего воду слить, железы подержать некоторое время под холодной водой, жир и внешнюю пленку удалить	1 кг
сухое белое вино	6 ст. л.
крепкий студенистый бульон из телятины *(см. стр. 165)*	600 мл
свежие черные трюфеля большого размера	3—4 шт.
сливочное масло	50 г
Соус	
морковь среднего размера, мелко нарезанная	2 шт.
луковица среднего размера, мелко нарезанная	1 шт.
сливочное масло	2 ст. л.
лавровый лист, растолченный	1/2 ч. л.
Паштет	
большая куриная грудка; кожу и жир срезать, жилки удалить, мясо мелко нарезать	1 шт.
соль и перец	
тертый мускатный орех	
яичный белок	1 шт.
жирные сливки, сильно охлажденные	300 мл

Разложите железы на полотенце так, чтобы они легли ровной, гладкой массой. Накройте железы другим полотенцем, сверху положите деревянную доску, а поверх доски — груз весом приблизительно 1 кг — для этой цели хорошо подойдет небольшая банка с консервами. Оставьте железы лежать под грузом до тех пор, пока они не остынут и не затвердеют (примерно на пару часов).

Для приготовления соуса возьмите глубокую массивную сковороду, растопите в ней сливочное масло, сложите все ингредиенты и тушите, периодически помешивая, в течение 10 мин — за это время ингредиенты успеют приготовиться, но не поджарятся.

Возьмите массивную глиняную кастрюлю, в которой в один слой поместились бы все железы, перелейте в нее соус из сковороды и поверх него положите «сладкое мясо». Залейте все белым вином, поставьте на сильный огонь (чтобы блюдо не пригорело, положите на конфорку специальную жаростойкую подставку) и готовьте до тех пор, пока вино почти полностью не выкипит. Время от времени легкими движениями трясите кастрюлю, чтобы содержимое не прилипало ко дну. Затем залейте железы бульоном, доведите бульон до кипения и убавьте нагрев так, чтобы бульон под крышкой кастрюли едва кипел. Тушите около 40 мин, считая с момента начала кипения. Затем выньте железы из соуса, нарежьте на одинаковые куски толщиной в 1 см и процедите соус, в котором они тушились, сквозь мелкое сито. Если после процеживания соуса осталось много и он получился жидким, поставьте его на сильный огонь и варите несколько минут, непрерывно помешивая, чтобы он выкипел. Затем попробуйте, достаточно ли в соусе специй, и добавьте соль и перец, если это будет необходимо. Полейте соусом железы и, когда он остынет, положите трюфеля, нарезанные крупными ломтиками.

В большой кастрюле вскипятите воду, посолите и засыпьте макароны. Когда макароны практически достигнут готовности, но продолжают оставаться немного твердыми на пробу, снимите кастрюлю с плиты и на 2—3 мин оставьте в горячей воде, чтобы они набухли. Готовые макароны должны быть немного твердыми. Откиньте макароны на дуршлаг, слейте воду и, не промывая, выложите их на полотенце так, чтобы они не соприкасались друг с другом. Возьмите форму для выпечки или металлическую миску в форме купола на 2,5 л, смажьте ее сливочным маслом. Затем возьмите первую нить макарон, придавите ее одним концом к самому центру дна формы и закрутите спиралью, следя за тем, чтобы витки получались ровными и плотно прилегали друг к другу. Вслед за первой нитью возьмите следующую и продолжайте раскладывать макароны спиралью, не оставляя промежутков между нитями и витками, до тех пор, пока вся форма не будет выложена макаронами. Поставьте посуду в холодильник и подождите, пока масло не застынет и макароны не будут держать форму. Оставшиеся макароны нарежьте на короткие кусочки и смешайте с железами.

Для приготовления мясного паштета измельчите куриное мясо в ступке, посыпьте его солью и перцем, бросьте маленькую щепотку тертого мускатного ореха, после чего маленькими порциями добавьте яичные белки. Полученную смесь протрите через мелкое нейлоновое сито — кладите паштет небольшими порциями и всякий раз удаляйте из сита все, что в нем скапливается (жилки, пленки и т. п.). Поверхность паштета разровняйте, накройте куском полиэтилена и поставьте в холодильник до тех пор, пока он вам не потребуется. Перед использованием налейте в паштет маленькими порциями сливки и взбейте.

Достаньте из холодильника форму, выложенную макаронами, отмерьте три четверти паштета и равномерно размажьте его по всей поверхности макарон. Наполните форму начинкой из желез, трюфелей и макарон — чтобы не образовывалось пустых промежутков, плотно утрамбуйте ее,— и намажьте сверху остатками паштета. Затем накройте блюдо промасленным листом пергамента и поставьте в «водяную баню» в духовку, предварительно нагретую до 170° С, на 30—40 мин. (Чтобы форма, находящаяся в посуде большего размера, сохраняла равновесие, поместите ее на маленькую подставку, в качестве которой можно использовать металлический кондитерский нож. Форма должна на три четверти быть погруженной в воду, которую чуть-чуть не довели до кипения.) Если размеры вашей духовки не позволяют ставить в нее большую посуду, вы можете сделать «водяную баню» на плите, используя для этой цели глубокую, большую кастрюлю с крышкой. Огонь под «водяной баней» должен быть очень маленьким, чтобы вода не закипала. Когда блюдо готово, выньте форму из «водяной бани», снимите промасленную бумагу и дайте тимбалу 7—8 мин постоять, после чего выложите его на теплое круглое сервировочное блюдо. Жидкость, попавшую на блюдо, удалите при помощи бумажных салфеток. Разрежьте тимбал на ломтики и подайте на стол.

RICHARD OLNEY
THE FRENCH MENU COOKBOOK

Макаронник

Timbale de Macaroni

Для приготовления мясного паштета, указанного в рецепте, возьмите 250 г сырых куриных грудок без костей, перетрите мясо в пюре, добавьте 1 яичный белок; посолите, поперчите, добавьте мускатный орех и налейте 1/4 л жирных сливок. О том, как приготовить паштет, и о том, как выложить макаронами форму, показано на стр. 68. Для приготовления соуса «велуте» растопите 30 г сливочного масла, насыпьте в него 2 ст. л. муки и размешивайте в течение 2—3 мин; затем налейте 600 мл крепкого бульона и доведите смесь до кипения на медленном огне, непрерывно помешивая. Затем подвиньте сковороду так, чтобы она лишь одной стороной находилась над огнем, и готовьте соус при слабом кипении около 40 мин, периодически снимая пленку, образующуюся с того края, который не стоит на конфорке.

На 4 порции

длинные макароны	200 г
мясной паштет	500 г
куриная печень большого размера, разделанная и разрезанная пополам	6 шт.
сливочное масло	30 г
соль и перец	
белое вино	100 мл
соус «велуте»	1/4 л
томатный соус *(см. стр. 166)*	2 ст. л.
ломтики отварного консервированного языка, нарезанные маленькими кружками	2 шт.
грибы, тонко нарезанные и слегка поджаренные на сливочном масле	100 г
трюфеля, нарезанные ломтиками	1 шт.

В кипящую, подсоленную воду засыпьте макароны и варите, пока они не достигнут готовности, но продолжают оставаться твердыми на пробу, после чего откиньте макароны на дуршлаг и слейте воду, не промывая. Выложите макароны на полотенце сушиться. Когда макароны остынут, отберите самые длинные нити и разложите их спиралью по дну и стенкам куполообразной формы, предварительно смазанной сливочным маслом. Сверху намажьте макароны слоем мясного паштета.

На сковороде растопите сливочное масло и положите куриную печень. Посолите, чуть-чуть поперчите и слегка обжарьте, после чего добавьте немного белого вина и варите при сильном кипении, пока жидкость не выкипит. Затем налейте приблизительно 100 мл соуса «велуте» и весь томатный соус. Снимите сковороду с плиты. Положите кусочки языка, грибы, трюфеля и остатки макарон, разрезанные на части. Дайте приготовленной смеси остыть, после чего начините ей форму, выложенную ранее макаронами. Когда форма будет наполнена, положите поверх начинки слой паштета. Поставьте форму в глубокую кастрюлю, подложив под дно маленькую подставку, наполните кастрюлю горячей водой так, чтобы форма оказалась полностью в воде, накройте кастрюлю крышкой и готовьте пудинг в «водяной бане» на медленном огне в течение приблизительно 45 мин. Перед подачей на стол переложите макаронник из формы на теплое сервировочное блюдо, полив вокруг остатками соуса «велуте».

URBAIN DUBOIS
ÉCOLE DES CUISINIÈRES

Суфле из макаронных изделий с начинкой из телячьего легкого

Hortobágyi Reszelt Tészta Tüdövel

Это блюдо является одним из видов суфле, приготовленного из хлопьев теста. О том, как приготовить тесто для хлопьев и натереть его на терке, рассказано на стр. 45, а как приготовить суфле, показано на стр. 74.

Это блюдо, возникшее в XVIII столетии, неизвестно в других национальных кухнях.

На 8 порций

яйца	7 шт.
мука	около 125 г
телячье легкое	500 г
маленькая луковица, мелко нарезанная	1 шт.
сало	30 г
соль и перец	
молоко	1 л
петрушка с плоскими листьями, нарубленная	1 ст. л.
сметана	125 мл

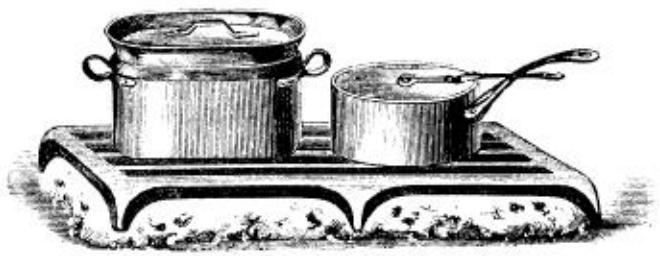
Смешайте 2 яйца с таким количеством муки, чтобы получилось очень крутое тесто. Натрите тесто на терке. Положите телячье легкое в кипящую, подсоленную воду и варите 30 мин. Слейте воду и проверните легкое через мясорубку. Растопите на сковороде половину сала и обжарьте на нем репчатый лук в течение 10 мин, после чего смешайте лук с фаршем из телячьего легкого. Соль и перец добавьте по вкусу. Отставьте блюдо в сторону и дайте ему остыть.

Вскипятите молоко, засыпьте в него хлопья и варите на медленном огне, периодически помешивая, до тех пор, пока молоко не впитается в тесто. Если потребуется, долейте еще молока. Когда хлопья будут готовы, посолите, поперчите и посыпьте их зеленью петрушки. Дайте хлопьям немного остыть.

Теплые хлопья смешайте с тремя яичными желтками, затем добавьте взбитые до консистенции пены яичные белки. Возьмите массивную трехлитровую кастрюлю глубиной 7,5—10 см, смажьте ее остатками сала. Положите в нее хлопья, смешанные с яйцами, и равномерно распределите ее.

Взбейте оставшиеся 2 яйца и смешайте их с фаршем из телячьего легкого и жареным луком. В центре смеси из хлопьев и яиц сделайте углубление и положите в нее начинку из телячьего легкого. Сверху намажьте блюдо сметаной и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 190° С, на 45 мин.

GEORGE LANG
THE CUISINE OF HUNGARY



Зеленое суфле из макаронных изделий

Sformato di Tagliatelle Verdi

Техника приготовления домашних тальятелле *представлена на стр. 48. О том, как сделать цветное тесто, рассказывается на стр. 50.*

На 4 порции

яичные желтки	3 шт.
белый соус *(см. стр. 165)*	300 мл
яичные белки	4 шт.
«пармезан», натертый непосредственно перед приготовлением	2 ст. л.
вареная ветчина, крупно нарезанная	125 г
соль и свежемолотый белый перец	
свеженатертый мускатный орех	
сливочное масло	
соль	1/2 ч. л.
вода	2,5 л
растительное масло	1 ст. л.
Зеленое тесто для макаронных изделий	
мука, желательно неотбеленная	250 г
яйца большого размера	1 шт.
оливковое масло	1 ч. л.
шпинат, отваренный, слитый, насухо отжатый и мелко нарубленный	125 г

Приготовьте тесто из муки, яиц, оливкового масла и шпината. Раскатайте его и нарежьте на длинные полоски «тальятелле». Отложите приготовленные макаронные изделия в сторону, накрыв сверху полотенцем.

Поставьте на плиту большую кастрюлю, наполненную водой, посолите. Пока вода закипает, отмерьте определенное количество холодной воды, налейте в большую миску и смешайте с растительным маслом.

Когда вода в кастрюле закипит, положите в нее 2 «тальятелле» и варите около 20 сек или же до тех пор, пока они не станут *al dente*, после чего процедите и положите в миску, наполненную смесью холодной воды и растительного масла. Намочите в холодной воде полотенце и разложите его на разделочной деревянной доске. Осторожно возьмите тальятелле и положите их на влажное полотенце.

Для приготовления суфле взбейте в большой миске яичные желтки, добавьте охлажденный белый соус и тертый «пармезан». Хорошенько все перемешайте, после чего насыпьте в миску кусочки ветчины и заправьте специями. Дайте смеси постоять 15 мин. Тем временем взбейте яичные белки до консистенции пены.

Положите тальятелле в миску со смесью и добавьте взбитые белки. Очень осторожно помешайте, стараясь не повредить тальятелле. Затем аккуратно выложите смесь в посуду для приготовления суфле, смазанную сливочным маслом, и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 200° С, на 40 мин или же до тех пор, пока суфле не поднимется и не станет золотистого цвета.

GIULIANO BUGIALLI
THE FINE ART OF ITALIAN COOKING

Тимбал с начинкой из вермишели, рыбы и морских продуктов

Вермишелью на неаполитанском диалекте называют спагетти. О том, как варят моллюсков, и о том, как очистить и приготовить кальмаров, рассказывается на стр. 28; мидий чистят и готовят так же, как моллюсков. О том, как испечь «корзиночку» и крышку из теста, показано на стр. 72.

На 10—12 порций

вермишель	500 г
филе белой рыбы	500 г
маслины без косточек	90 г
каперсы, вымытые	1 ст. л.
семена пинии	1 ст. л.
зелень петрушки, нарубленная	4 ст. л.
оливковое масло	около 300 мл
толченые сухари	около 90 г
Томатный соус	
помидоры, очищенные от кожицы; удалить семена и сделать пюре	750 г
оливковое масло	1 ст. л.
лущеный молодой горох	90 г
молодые грибы, слегка обжаренные	90 г
вареные морские продукты (моллюски, мидии или кальмары); отвар сохранить	500 г
мука	2 ч. л.
Соус из анчоусов	
соленые анчоусы, вымоченные в воде, разделанные, промытые и высушенные	3 шт.
оливковое масло	3 ст. л.
чеснок, подавленный	1 зубчик
перец	
зелень петрушки, нарубленная	2 ст. л.
Тесто	
сливочное масло, размягченное	250 г
мука	500 г
яйца, взбитые	2 шт.
соль	1 ч. л.

Для приготовления теста разотрите сливочное масло с мукой, затем небольшими порциями добавьте яйца и соль — тесто должно напоминать по консистенции мелкую хлебную крошку. Скатайте из теста шар, заверните в кусок полиэтилена и положите на 1 ч в прохладное место.

Затем достаньте тесто, раскатайте из него два пласта толщиной 1 см, один из которых больше другого. Возьмите очень большую, глубокую посуду для выпечки круглой формы и выложите ее дно и стенки большим пластом теста так, чтобы получилась «корзиночка», затем постелите на дно лист пергамента и положите сверху груз, в качестве которого можно использовать сухие бобы или горох. Из меньшего пласта теста вырежьте круг, диаметр которого равен диаметру дна формы, и положите его на смазанный сливочным маслом противень. Поставьте форму и противень в духовку, предварительно нагретую до температуры 180° С, до тех пор, пока тесто не станет твердым и не подрумянится (приблизительно на 15 мин). За-

тем достаньте форму, уберите из нее груз, выньте пергамент и поставьте в духовку еще на 5 мин, чтобы тесто подсохло, после чего достаньте и дайте «корзиночке» остыть.

В ступке измельчите рыбное филе, маслины, каперсы, семена пинии и зелень петрушки до состояния густой пасты. Разведите полученную массу 2 ст. л. растительного масла и добавьте в нее толченые сухари, чтобы она стала вязкой. Слепите из нее шарики размером с грецкий орех, обваляйте их в сухарях и поджарьте на очень горячем растительном масле, пока они не станут золотисто-коричневыми.

Для приготовления томатного соуса нагрейте на сковороде растительное масло, положите в него помидоры, рыбные шарики, горох, грибы и вареные морские продукты, залейте все это бульоном, в котором были сварены морские продукты. Готовьте до тех пор, пока все ингредиенты не станут мягкими, после чего насыпьте муку, чтобы соус получился густым.

Для приготовления соуса из анчоусов нагрейте на сковороде растительное масло, положите в него давленый чеснок и обжарьте его. Затем уберите чеснок, положите в масло филе из анчоусов и готовьте на медленном огне до тех пор, пока анчоусы не превратятся в пюре. Добавьте немного перца и посыпьте петрушкой.

Сварите вермишель так, чтобы она осталась твердой на пробу, слейте воду и смешайте с соусом из анчоусов. Начините «корзиночку» из теста, чередуя слои из макаронных изделий со слоями из рыбных шариков и томатного соуса. Сверху положите слой вермишели. Накройте «корзиночку» крышкой из теста и поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 45 мин.

VINCENZO BUONASSISI
THE CLASSIC BOOK OF PASTA

Пирог из лазаний с начинкой из рыбы и соусом из раков

Torta di Lasagne di Magro con Gamberi

Техника приготовления теста для макаронных изделий изложена на стр. 44. О том, как нарезать из теста макаронные изделия, рассказывается на стр. 48.

В этом блюде соединены рецепты двух старинных итальянских блюд, относящихся к XVI веку: постных макаронных изделий и пирога с раками. Рецепт этого блюда принадлежит Франко Даниэлли, работавшему в 1973 году шеф-поваром на фешенебельном пассажирском лайнере «Рафаэлло».

На 6—8 порций

тесто для макаронных изделий *(см. стр. 167)*, раскатанное и нарезанное на прямоугольные пласты размером 5 см на 20 см	500 г
небольшие филе «морского языка» (вид рыбы)	12 шт.
живые раки	500 г
сливочное масло	200 г
сухое белое вино	1/4 л
соль и перец	
мука	25 г
«пармезан», натертый	100 г
бренди	80 мл
кэрри	1 ч. л.

«Королевский бульон»

вода	1/2 л
небольшая луковица	1 шт.
соль	
черный перец «горошек»	5 шт.
лавровый лист	2 шт.
сухое белое вино	1/4 л

Положите в одну посуду все ингредиенты «королевского бульона», готовьте в течение 25 мин, после чего бросьте в кипящий «бульон» раков, накройте кастрюлю крышкой и варите в течение 7—8 мин или до тех пор, пока раки полностью не покраснеют. Достаньте вареных раков из воды, очистите их — хвосты отложите в сторону, а панцири положите в кухонный комбайн или в ступку. Добавьте немного бульона и как можно мельче истолките панцири. Долейте оставшийся бульон, процедите через мелкое сито и сохраните полученную смесь.

Положите филе из «морского языка» на сковороду и готовьте на среднем огне на 50 г сливочного масла. Когда рыба начнет поджариваться, залейте ее белым вином, бросьте щепотку молотого перца и добавьте по вкусу соль. Доведите вино до кипения, варите рыбу в течение 1 мин, а затем снимите сковороду с плиты.

Растопите в кастрюле 70 г сливочного масла, отмерьте 1 ч. л. муки, отложите ее, а остальную муку смешайте с маслом. Готовьте в течение 1 мин, непрерывно помешивая, затем вылейте весь, за исключением 100 мл, бульон из-под раков. Доведите жидкость до кипения, затем снимите кастрюлю с плиты и заправьте тертым сыром. Поставьте сырный соус в теплое место и помешивайте время от времени, чтобы не образовывалась пленка.

Вскипятите воду и сварите в ней прямоугольные пласты теста по 2—3 штуки за раз, пока они не станут *al dente*. Слейте воду и разложите макаронные изделия на полотенце.

Возьмите прямоугольный противень размером 25 на 20 см, смажьте его сливочным маслом и положите на дно слой лазаний. Сверху намажьте их тонким слоем сырного соуса, поверх соуса положите рыбное филе и полейте небольшим количеством соуса, в котором оно готовилось. Положите еще один слой лазаний, снова полейте их сырным соусом, накройте слоем филе и т. д. до тех пор, пока все ингредиенты не будут использованы. Последним должен быть слой лазаний, смазанный сырным соусом. Поставьте блюдо в духовку, предварительно нагретую до 220° С, приблизительно на 10 мин, но следите, чтобы пирог не подрумянился.

Пока пирог находится в духовке, растопите на сковороде оставшееся сливочное масло. Когда оно начнет темнеть, положите в него мясо раков и жарьте в течение нескольких минут, после чего налейте бренди и подожгите его. Затем убавьте нагрев. В оставшимся бульоне из-под раков растворите кэрри и 1 ч. л. муки, налейте смесь на сковороду с раками и готовьте в течение нескольких минут. Соус не должен получиться слишком густым.

Пирог подают на стол горячим с раками в собственном соку.

MASSIMO ALBERINI
CENTO RICETTE STORICHE

Изделия из теста с начинкой

Макаронные изделия из винного теста с начинкой в соусе из грецких орехов

(Pansoti con la Salsa di Noci alla Ligure)

На 4 порции

мука, просеянная	325 г
сухое белое вино	6 ст. л.
соль	
вода	4 ст. л.
«пармезан», натертый	30 г
Зеленая начинка	
шведский мангольд с удаленными стеблями	350 г
огуречник с удаленными стеблями	125 г
чеснок, нарезанный	1 зубчик
яйцо	1 шт.
сыр «рикотта» (творог)	125 г
«пармезан», натертый	30 г
соль	
свежемолотый перец	
Ореховый соус	
грецкие орехи, очищенные от скорлупы и бланшированные	150 г
толченые сухари; замочить в воде и насухо выжать	40 г
соль	
оливковое масло	4 ст. л.
сметана (необязательно)	4 ст. л.

Для приготовления начинки отварите листья мангольда и огуречника в слегка подсоленной воде в течение 5 мин, затем выжмите их насухо и измельчите в ручной «мельнице». Добавьте в полученную массу чеснок, яйцо, творог и тертый «пармезан». Посолите, поперчите и хорошенько перемешайте, пока смесь не станет однородной.

Приготовьте тесто для макаронных изделий. Для этого смешайте муку с вином, посолите и добавьте воды. Замешивайте тесто до тех пор, пока не разойдутся все комки и оно не станет твердым. Раскатайте тесто — не надо раскатывать слишком тонко — и нарежьте на треугольные пласты со стороной 8 см. В центр каждого треугольника положите немного начинки, сложите тесто пополам и плотно соедините вместе углы так, чтобы в результате получились «пансоти».

В ступке истолките пестиком грецкие орехи с сухарями, добавьте щепотку соли — у вас должен получиться густая, однородная масса. Налейте в нее оливковое масло и, если есть, сметану.

В большом объеме подсоленной кипящей воды сварите «пансоти», пока они не станут *al dente*. Затем слейте воду, переложите «пансоти» в теплое сервировочное блюдо и смешайте с ореховым соусом. «Пансоти» подают на стол горячими, посыпав остатками тертого «пармезана».

ANNA MARTINI (EDITOR)
PASTA & PIZZA

Пельмени с бульоном

Ravioli al Brodo

О том, как приготовить тесто для макаронных изделий, и о том, как слепить из него пельмени, подробно рассказывается на стр. 44 и стр. 53. Если вы не можете достать телячье вымя и спинной мозг, увеличьте количество телятины до 280 г. По этому рецепту телятину и потроха нужно рубить «серпом» — специальным кухонным ножом в форме полумесяца.

На 4 порции

тесто для макаронных изделий *(см. стр. 167)*	350 г
крепкий мясной бульон *(см. стр. 165)*	1 л
«пармезан», натертый	
Начинка	
цикорий-эндивий; жесткие или темные внешние листья удалить	1 шт.
листья огуречника	60 г
соль	
постная телятина	125 г
несоленое сливочное масло	
телячье вымя	125 г
телячьи мозги, отваренные в течение 5 мин; пленки удалить	125 г
спинной мозг, отваренный в течение 5 мин; пленки удалить	30 г
«сладкое мясо», отваренное в течение 5 мин; пленки удалить	60 г
яйцо	1 шт.
яичные желтки	2 шт.
хлеб без корки, вымоченный в бульоне	30 г
«пармезан», натертый	15 г
толченый мускатный «цвет» (наружные покровы мускатного ореха)	1/2 ч. л.
молотый пимент	1/2 ч. л.
свежемолотый черный перец	

Возьмите листья цикория и листья огуречника, бросьте их в слегка подсоленную воду и отваривайте в течение приблизительно 5 мин; процедите, а затем отожмите, чтобы избавиться от избытка влаги. Растопите на сковороде немного сливочного масла и слегка обжарьте на нем телятину. Вскипятите в кастрюле воду, положите в кипящую воду вымя, дождитесь, когда вода снова закипит, и с этого момента варите вымя в течение 10 мин, после чего слейте воду. При помощи «серпа» нарубите как можно мельче телятину, вымя, мозги, спинной мозг, железы, листья цикория и огуречника. Затем измельчите полученную смесь в ступке пестиком, кладя ее маленькими порциями, пока она вся не превратится в густую пасту.

Переложите полученную массу из ступки в миску, сме-

шайте с яйцами и яичными желтками, добавьте вымоченные в бульоне хлебные корки, 15 г тертого «пармезана» и посыпьте специями. Посолите по вкусу и тщательно перемешайте, пока не получите однородную массу. Это начинка для пельменей.

Возьмите первый кусок теста и раскатайте его как можно тоньше, предварительно посыпав скалку и рабочий стол мукой, чтобы тесто к ним не прилипало. Оставшееся тесто накройте влажным полотенцем, чтобы оно не высыхало. На одной половине раскатанного теста разложите чайной ложкой начинку небольшими горками, расположенными в один ряд через 3 см друг от друга; сверху накройте другой половиной теста и крепко надавите по краям, чтобы тесто слиплось. Затем спрессуйте тесто вокруг каждой порции начинки, чтобы получились небольшие подушечки, после чего при помощи кондитерского колесика нарежьте тесто на отдельные пельмени. Повторите эту процедуру с остальными кусками теста: лепите пельмени до тех пор, пока не кончатся тесто и начинка. Готовые пельмени разложите на куске сухой ткани и сушите в течение минимум 30 мин.

Когда тесто подсохнет, доведите до кипения бульон и положите в него пельмени — следите, чтобы бульон не переставал кипеть. Как только пельмени всплывут, выньте их из кастрюли шумовкой и переложите в предварительно нагретую супницу. Когда все пельмени будут сварены, залейте их сверху горячим бульоном и подайте на стол с «пармезаном».

EMANUELE ROSSI
LA VERA CUCINIERA GENOVESE

Постные пельмени

Ravioli di Margo

Основной способ приготовления пельменей изложен на стр. 53. «Маскарпоне» — это сорт сливочного сыра. Его можно заменить любым другим сортом сливочного сыра.

Постные пельмени — это очень вкусное блюдо. Его можно приготовить из остатков вареной рыбы.

На 6 порций

мука	300 г
яйца	3 шт.
соль	
сливочное масло	100 г
сушеный шалфей (необязательно)	2 ч. л.
тертый «пармезан»	6 ст. л.

Начинка из сыра и рыбы

«маскарпоне»	100 г
белая рыба (лобан, лещ или мерлуза)	500 г
белое вино	175 мл
репчатый лук, нарезанный на тонкие кружочки	1 шт.
лимон; выжать сок	1/2 шт.
соль	
шпинат	300 г
сливочное масло	30 г
перец	
яйцо	1 шт.
тертый «пармезан»	2 ст. л.

В большую овальную кастрюлю или в рыбный судок налейте белое вино, положите половину репчатого лука, налейте лимонный сок и воду в таком количестве, чтобы полностью закрыть рыбу, бросьте щепотку соли. Когда жидкость начнет закипать, положите рыбу и варите, не накрывая крышкой, в течение 10 мин. Снимите кастрюлю с плиты и оставьте рыбу и бульон остывать.

Пока рыба остывает, сварите шпинат в той воде, которая осталась на листьях, в течение приблизительно 5 мин или же до тех пор, пока шпинат не станет мягким. Слейте воду, хорошенько отожмите листья и мелко их нарубите. Растопите на сковороде 30 г сливочного масла, положите оставшийся репчатый лук и слегка поджарьте его на медленном огне, пока он не станет прозрачным, но не потемнеет; если нужно, подлейте на сковороду чуть-чуть воды. Затем процедите рыбу, очистите ее от костей и кожи и разберите на мелкие кусочки. Положите рыбу на сковороду с жареным луком, перемешайте и добавьте шпинат. Посолите смесь по вкусу, помешайте и оставьте тушиться на медленном огне в течение приблизительно 10 мин, после чего переложите смесь в миску, добавьте в нее «маскарпоне», 1 яйцо и 2 ст. л. тертого «пармезана», хорошенько все перемешайте и проверьте, достаточно ли соли.

Чтобы приготовить тесто для пельменей, на разделочную доску насыпьте горкой муку и сделайте в центре нее углубление. Затем разбейте туда несколько яиц и постепенно смешайте их с мукой. Раскатайте тесто при помощи скалки, нарежьте его на отдельные пельмени и наполните их начинкой из рыбы. На небольшой сковороде растопите сливочное масло. Насыпьте в него немного сушеного шалфея. В большой кастрюле вскипятите воду, посолите, положите в нее пельмени и варите при сильном кипении до тех пор, пока они не станут мягкими, после чего выньте готовые пельмени из кастрюли при помощи шумовки. Переложите пельмени в глубокий противень или в любую другую жаростойкую посуду, полейте топленым сливочным маслом и посыпьте тертым «пармезаном». Сверху положите еще один слой пельменей, снова полейте его маслом и посыпьте сыром. Продолжайте до тех пор, пока все ингредиенты не будут использованы.

Поставьте противень в кастрюлю с горячей водой, в которой были сварены пельмени — проследите, чтобы противень был погружен в воду на три четверти. Накройте кастрюлю крышкой и дайте пельменям 5 мин постоять, чтобы они могли пропитаться маслом и сыром.

FERNANDA GOSETTI
IN CICINA CON FERNANDA GOSETTI

Начинка для пельменей

Farce à Raviolis

Для приготовления более грубой начинки, вместо того, чтобы просеивать ингредиенты сквозь сито, раздавите их вилкой.

Эту начинку можно приготовить также из остатков вареной телятины, курицы или говядины. Если пища слишком сухая, добавьте в нее несколько столовых ложек подливки: начинка должна быть весьма твердой, но оставаться достаточно гибкой, чтобы с ней было легко работать.

На 4 порции

постная телятина, нарезанная маленькими кубиками	150 г
сырой окорок или сырая грудинка, нарезанная кубиками	100 г
сливочное масло	30 г
репчатый лук, тонко нарезанный	1 шт.
лавровый лист	1 шт.
веточка тимьяна	1 шт.
белое вино, бульон или вода	150—200 мл
шпинат, отваренный в соленой воде, процеженный и мелко нарубленный	250 г
яичные желтки	2 шт.
соль и перец	
вареные телячьи мозги (необязательно)	1/2 шт.
паштет из гусиной печенки (необязательно)	30 г

Поджарьте телятину и окорок или грудинку на сливочном масле, добавьте репчатый лук, положите лавровый лист и тимьян и залейте все это белым вином, бульоном или водой; сковороду накройте крышкой и тушите в течение приблизительно 1 ч. Мясо должно быть мягким, а подливка почти полностью выкипеть.

Переложите мясо из сковороды на большую тарелку остужаться, выньте лавровый лист и тимьян и выбросьте их. Когда мясо остынет, добавьте в него телячьи мозги и, если есть, паштет из гусиной печенки. Посыпьте массу шпинатом; добавьте яичные желтки, посолите и протрите сквозь мелкое сито.

J. B. REBOUL
LA CUISINIÈRE PROVENCALE

Макаронные изделия с начинкой из картофеля и сыра

Pierogi z Ziemniakami i Serem

О том, как замесить и раскатать тесто для макаронных изделий, и о том, как начинить макаронные изделия в форме кружков, рассказано на стр. 44 и стр. 54.

На 4 порции

мука	350 г
яйцо	1 шт.
вода	
соль	
сливочное масло, растопить	60 г

Начинка из картофеля и сыра

картофель, сварить и раздавить	500 г
творог, подавленный	125 г
репчатый лук, нарубленный	1/2 шт.
сливочное масло	30 г
соль	1 ч. л.
перец (необязательно)	
яйцо (необязательно)	1 шт.

Насыпьте на разделочную доску муку, разбейте яйца, добавьте немного воды и кончиками пальцев смешайте ингредиенты, чтобы получилось тесто. Замесите тесто, добавляя воду маленькими порциями, чтобы оно не получилось слишком жидким. Конечная консистенция теста должна быть такой, чтобы оно не стекало с пальцев, но и не прилипало к ним. Раскатайте из теста пласт толщиной с лезвие ножа, нарежьте из него круги диаметром около 5 см.

Для приготовления начинки смешайте в одной посуде картофель с творогом. Поджарьте на сливочном масле репчатый лук и добавьте его в миску с картофелем и творогом. Если считаете нужным, посолите и поперчите смесь. Также на этой стадии приготовления начинки можно добавить в нее одно яйцо, чтобы она получилась более вкусной и питательной. Хорошенько перемешайте все ингредиенты.

Разложите ложкой начинку на кружки из теста. Затем осторожно зажмите форму между пальцами так, чтобы не расплющить и не повредить ее, смочите концы водой и крепко слепите их. Налейте в кастрюлю воду, посолите и доведите до кипения, засыпьте в нее «пироги» и варите в течение 3 мин. Затем слейте воду, разложите готовые изделия на сервировочном блюде, полейте сверху топленым, слегка прожаренным сливочным маслом и сразу же подайте на стол.

MARIA DISSLOWA
JAK GOTOWAC

Пельмени с начинкой из сыра и шпината

Raviolis

«Броччу» — это корсиканский сыр из козьего или овечьего молока. Молодой «броччу» — жирный сыр, выдержанный «броччу» становится сухим и рассыпчатым. Если вы не смогли достать этот сорт сыра, замените его творогом или «рикоттой» и острым сыром, таким, как «пекорино» или «пармезан».

На 4—6 порций

тесто (см. стр. 167)	705 г
томатный соус (см. стр. 166)	300 мл
зрелый «броччу», натертый	60 г

Начинка из сыра и шпината

жирный «броччу»	400 г
шпинат, отваренный, отжатый и мелко нарубленный	500 г
кудрявый латук, мелко нарубленный	300 г
луковица фенхеля, отваренная в течение 10 мин и мелко нарубленная	1 шт.
свежие листья мяты, мелко нарубленные	5—10 шт.
свежие листья шалфея, мелко нарубленные	5—10 шт.
соль	

Разомните жирный сыр «броччу», смешайте его со шпинатом, латуком, фенхелем и посолите.

Как можно тоньше раскатайте тесто и нарежьте его на прямоугольные пласты размером 3 на 4 см. На каждый прямоугольник положите небольшое количество начинки, затем сложите тесто и тщательно слепите края.

Положите пельмени в кипящую, подсоленную воду и варите в течение приблизительно 5 мин, после чего слейте воду и подайте пельмени на стол, полив томатным соусом и посыпав сверху тертым «пармезаном».

CHRISTIANE SCHAPIRA
LA CUISINE CORSE

Китайские пельмени

Won Ton

На 4 порции

мука, просеянная	300 г
соль	1 ч. л.
яйца, слегка взбитые	2 шт.
вода	

Начинка из свинины и креветок

вареная свинина, мелко нарезанная	500 г
побеги бамбука, мелко нарезанные	150 г
грибы, мелко нарезанные	40 г
креветки, сваренные и нарезанные	125 г
каштаны, мелко нарезанные	60 г
арахисовое масло	1 ст. л.
семена кунжута, поджаренные без жира на сковороде на среднем огне	2 ст. л.
соевый соус	3 ст. л.
соль	

Чтобы приготовить тесто для пельменей, смешайте муку с солью, добавьте взбитые яйца и столько воды, чтобы в результате у вас получилось крутое тесто. Слегка посыпьте мукой рабочую поверхность и раскатайте из теста очень тонкий пласт. Нарежьте из него квадраты 10 на 10 см.

Смешайте на сковороде все ингредиенты, входящие в состав начинки, и готовьте их на среднем огне, пока вся жидкость не выкипит и смесь не станет сухой, после чего снимите сковороду с плиты и дайте начинке остыть.

Положите по 1 ч. л. начинки на угол каждого квадрата теста. Два или три раза заверните начинку в тесто, после чего слепите вместе два противоположных свободных конца теста, оставив четвертый угол свободным.

Приготовьте пельмени на пару (около 30 мин) или же поджарьте во фритюре из растительного масла, пока они не приобретут золотисто-коричневого цвета, после чего просушите пельмени, выложив их на бумажную салфетку, и подайте на стол.

ALICE MILLER MITCHELL (EDITOR)
ORIENTAL COOKBOOK

Тортеллини со сливочным соусом

Tortellini alla Panna

Макаронные изделия квадратной формы, которые называются в этом рецепте «тортеллини», более известны под названием пельменей; техника приготовления пельменей изложена на стр. 53.

На 6 порций

тесто *(см. стр. 167)*	500 г
сливочное масло	30 г
«пармезан», натертый	15 г
жирные сливки	1/2 л

Начинка из творога и шпината

шпинат, отваренный, процеженный и нарубленный	250 г
«рикотта» или свежий творог	250 г
«пармезан», натертый	100 г
яйца, взбитые	2 шт.
молотый пимент	
соль и свежемолотый черный перец	

Смешайте шпинат с «рикоттой» или творогом, 100 г тертого «пармезана», яйцами, бросьте щепотку молотого пимента и добавьте немного соли и перца.

На разделочной доске, посыпанной мукой, раскатайте из теста очень тонкий пласт. Маленькой чайной ложкой разложите начинку из творога и шпината на одной стороне пласта теста в один ряд так, чтобы горки начинки находились на расстоянии 5 см друг от друга. Сложите тесто пополам, накройте второй половиной начинку и сильно надавите на тесто вокруг начинки. При помощи кондитерского колесика нарежьте из теста «тортеллини» и оставьте их на некоторое время сушиться. Затем вскипятите воду, посолите, положите в нее «тортеллини» и варите в течение 5 мин или же до тех пор, пока они не станут мягкими.

При помощи шумовки выньте изделия из воды и разложите на сервировочном блюде. Сверху полейте «тортеллини» сливочным соусом, который готовится из сливочного масла, остатков тертого «пармезана» и сливок. Все ингредиенты нужно довести до кипения и готовить на среднем огне, непрерывно помешивая, до тех пор, пока соус не загустеет. Блюдо следует подавать на стол очень горячим, в отдельной посуде поставив на стол тертый «пармезан» и перец.

FRANCO LAGATTOLLA
THE RECIPES THAT MADE A MILLION

Суп с пельменями по-персидски

Gushe Barreh

О том, как приготовить и раскатать тесто для макаронных изделий, рассказывается на стр. 44.

На 5—6 порций

мука	150 г
соль	1/4 ч. л.
вода	1,25 л
молотая корица	1/4 ч. л.
сушеная мята	1 ч. л.
зелень петрушки, мелко нарубленная	4—5 шт.
уксус	около 2 ст. л.
йогурт (необязательно)	

Мясная начинка

очень постная молодая баранина или говядина; сделать фарш	250 г
небольшая луковица, натертая на терке	1 шт.
соль	1 ч. л.
перец	1/4 ч. л.
молотая корица	1/4 ч. л.

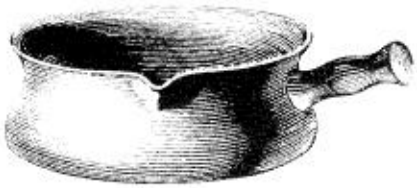
Для приготовления теста просейте муку и соль через сито, установленное над миской. В центре сделайте углубление, маленькими порциями налейте туда около 80 мл воды и хорошенько перемешайте вилкой или руками. Разложите тесто на рабочей поверхности, слегка посыпанной мукой, и тщательно его замесите, пока масса не будет однородной. Снова положите тесто в миску, накройте полотенцем и оставьте на 10 мин.

Для приготовления начинки положите в фарш из миски молодой баранины или говядины, добавьте в него тертый репчатый лук, посолите, поперчите и посыпьте корицей. Хорошенько все перемешайте.

Разделите тесто на 3 части, с которыми вам будет удобно работать. На разделочной доске, посыпанной мукой, раскатайте первую часть теста так, чтобы у вас получился круг около 30—35 см в диаметре. Нарежьте из него квадраты 4 на 4 см. В центр каждого квадрата положите половину чайной ложки мясной начинки и накройте сверху другим квадратом теста. Пальцами или вилкой слепите тесто по краям каждого пельменя. Сделайте пельмени из всего оставшегося теста.

Возьмите воду, оставшуюся после приготовления теста, слегка ее посолите и доведите до кипения. Положите в нее пельмени и варите до тех пор, пока они не достигнут полной готовности. Смешайте корицу с мятой. Перед тем, как снять кастрюлю с плиты, насыпьте в нее приготовленную смесь, а также положите зелень петрушки. Добавьте в суп по вкусу уксус. Некоторым нравится заправлять этот суп йогуртом.

MAIDEN MAZDA
IN A PERSIAN KITCHEN



Вареники с начинкой из капусты и грибов

Варениками *называются макаронные изделия с начинкой, обычно треугольной формы. О том, как приготовить и раскатать тесто для макаронных изделий, рассказывается на стр. 44.*

На 6 порций

мука	500 г
холодная вода	175 мл
яйца	2 шт.
соль	1/2 ч. л.

Начинка из капусты и грибов

кислая капуста, насухо выжатая или 1 кг свежей капусты с удаленной кочерыжкой и мелко нашинкованная	900 г
сливочное масло	90 г
сушеные грибы, вымоченные в воде, пока они не станут мягкими, а затем отваренные в слегка подсоленной воде; воду сохранить, грибы мелко нарезать	100 г
репчатый лук, мелко нарезанный	2 шт.
соль и свежемолотый черный перец	

Чтобы приготовить тесто для вареников, смешайте муку с водой, яйцами и посолите. Тесто должно получиться без комков, чтобы его можно было легко раскатать, а края теста можно было крепко слепить, чтобы форма держала начинку. Тесто раскатайте очень тонко и нарежьте его на квадраты 5 на 5 см.

Для приготовления начинки залейте отваром, оставшимся после варки грибов, кислую или свежую капусту, добавьте одну треть сливочного масла и варите на медленном огне до тех пор, пока капуста не станет мягкой. Пока капуста варится, отмерьте еще одну треть сливочного масла, положите на сковороду и поджарьте на нем репчатый лук и грибы в течение 4—5 мин. Затем смешайте лук и грибы с капустой, посолите и поперчите по вкусу и хорошенько перемешайте.

Положите в центр каждого квадрата теста 1 ч. л. начинки, сложите тесто пополам так, чтобы получился треугольник, и крепко слепите края каждого вареника.

В большой кастрюле вскипятите воду, посолите, положите вареники и варите 5—6 мин или же до тех пор, пока вареники не всплывут. Если на поверхности появится пена, снимите ее. Когда вареники будут готовы, выньте их из кастрюли шумовкой, откиньте на дуршлаг и дайте стечь воде, после чего переложите в теплую миску или сервировочное блюдо. Растопите оставшееся сливочное масло и полейте им вареники, слегка их перемешайте, чтобы вареники не слипались, и подайте на стол.

N. I. GEORGIEVSKY, M. E. SHADURA, A. S. SHEMJAKINSKY
UKRAINIAN CUISINE

Зеленый рулет

Rotolo Verde

Техника приготовления рулета из теста представлена на стр. 64. В этом рецепте тесто нужно разделить на две части, чтобы в результате у вас получилось два рулета.

Входящий в состав начинки творог вы можете заменить 150 г колбасного фарша, поджаренного со шпинатом. Добавьте в

фарш горсть мелко нарезанной зелени петрушки и 1 зубчик чеснока, который предварительно подавите. Рулет подают на стол с томатным соусом.

На 4 порции

мука	250 г
яйца	2
вода	1 ст. л.
сливочное масло	100 г
сыр «пармезан», натертый	5 ст. л.
Начинка из сыра и шпината	
шпинат, вымытый	1 кг
сливочное масло	40 г
сыр «рикотта» (творог), просеянный	250 г
тертый «пармезан»	3 ст. л.
соль и перец	

Для приготовления начинки сварите шпинат в воде, оставшейся на листьях после того, как вы помыли их. Затем слейте воду, насухо отожмите листья и мелко их нарубите. На сковороде растопите сливочное масло, когда масло потемнеет, положите в него шпинат и жарьте, непрерывно помешивая, на медленном огне в течение приблизительно 5 мин. Снимите шпинат со сковороды, смешайте его с творогом, тертым сыром и добавьте соль и перец. Хорошенько все перемешайте и оставьте блюдо остывать.

Для приготовления теста просейте муку, высыпьте ее горкой на рабочую поверхность, в центре горки сделайте углубление и разбейте туда яйца. Налейте воды, смешайте муку с яйцами и замешивайте в течение приблизительно 10 мин, пока тесто не станет крутым. Разделите его на две равные части. Одну часть теста положите в полиэтиленовый пакет, чтобы оно не высохло, а из второй половины раскатайте пласт 25 на 50 см или же длиной равный длине посуды, в которой будет вариться рулет.

При помощи лопатки равномерно распределите начинку по пласту теста. Затем скатайте тесто в рулет, завернув в него начинку. Оберните рулет куском муслина и завяжите ткань с обеих концов и посередине. То же самое проделайте с другой частью теста.

Возьмите глубокий, овальный противень или судок для варки рыбы, наполните его водой, поставьте на плиту и посолите; когда вода закипит, опустите в нее рулеты и варите 40—60 мин. В течение всего процесса варки рулеты должны находиться в воде, поэтому, если вода будет выкипать, доливайте в судок кипяток.

Растопите на медленном огне сливочное масло. Выньте из воды первый рулет, снимите ткань и острым ножом нарежьте рулет на кружочки толщиной в 1 см; сложите их в кастрюлю. После того как вы положите первый слой, полейте его небольшим количеством топленого масла и посыпьте тертым «пармезаном». Сверху положите второй слой, снова полейте его маслом и посыпьте сыром. Продолжайте до тех пор, пока оба рулета не будут использованы.

Поставьте кастрюлю в «водяную баню». Следите, чтобы вода не попала в судок. Накройте «водяную баню» сверху крышкой и варите на медленном огне в течение нескольких минут, чтобы тесто могло пропитаться маслом и сыром. Находясь в «водяной бане», блюдо может оставаться горячим в течение 30 мин.

FERNANDA GOSETTI
IN CUCINA CON FERNANDA GOSETTI

Тортеллы с начинкой из свежего гороха и свежей фасоли

Tortelle di Piselli e di Faggioli Freschi

Бартоломео Скаппи, живший в XVI веке, прославился тем, что был личным поваром папы Пия V. Его «Труд о кулинарном искусстве» («Opera dell'Arte del Cucinare»), вышедший в свет в 1610 году в Венеции, считается самым известным и самым полным изданием об итальянской кухне эпохи Ренессанса. Также эта книга знаменита своими замечательными иллюстрациями, на которых впервые в истории встречается изображение вилки.

Техника приготовления теста для макаронных изделий изложена на стр. 44; как начинить «тортеллини», показано на стр. 54.

На 4 порции

тесто *(см. стр. 167)*	350 г
тертый «пармезан»	2 ст. л.
сахарный песок	1 ст. л.
молотая корица	1 ч. л.
Начинка из гороха и фасоли	
свежий горох; облущить	250 г
свежая зеленая фасоль; облущить	250 г
мясной бульон *(см. стр. 165)*	1,75 л
«перья» зеленого лука, нарубленные	6 шт.
сливочное масло	30 г
яичные желтки	2 шт.
молотая корица	1/2 ч. л.
молотая гвоздика	1/2 ч. л.
тертый мускатный орех	1/2 ч. л.
сахарный песок	1 ст. л.
перец	
«пармезан», натертый	30 г
творог или сыр «проватура»	60 г

Положите горох и фасоль в бульон и варите 15 мин, после чего процедите, слив бульон в отдельную посуду и сохранив. Горох и фасоль растолките в ступке и протрите сквозь сито. Слегка обжарьте зеленый лук на сливочном масле, затем положите его в пюре из бобовых. Добавьте яичные желтки, корицу, гвоздику, мускатный орех и сахарный песок. Слегка поперчите смесь, после чего заправьте ее сыром и хорошенько перемешайте. Наполните начинкой «тортеллини», положите их в оставленный бульон и варите в течение 5 мин. Готовые «тортеллини» подают на стол, посыпав тертым сыром, молотой корицей и сахарным песком.

BARTOLOMEO SCAPPI
OPERA DELL'ARTE DEL CUCINARE

Клецки

Клецки из тыквы по-версилийски

Gnocchi di Zucca alla Versiliese

Это традиционное блюдо Версилии — области, расположенной в Тоскании (Италия). Его до сих пор готовят в семьях, живущих в областном центре Версилии, городе Пьетрасанте, и его пригородах.

Клецки можно подать на стол под хорошим мясным соусом, но лучше всего заправить их сливочным маслом и тертым «пармезаном», как здесь.

На 6—8 порций

тыква, нарезанная кубиками размером с грецкий орех	350 г
вода	4 ст. л.
соль	
яйца	2 шт.
мука	500 г
сливочное масло	60 г
«пармезан», натертый	45 г

Положите кубики тыквы в глубокую кастрюлю, залейте их водой и бросьте щепотку соли. Поставьте кастрюлю на медленный огонь и варите, периодически помешивая, около 20 мин или же до тех пор, пока тыква не разварится в кашу. Протрите вареную тыкву сквозь сито и дайте пюре остыть, после чего добавьте яйца, муку и хорошенько перемешайте, пока масса не станет настолько густой, что не будет больше стекать с ложки. Маленькой чайной ложкой зачерпните тесто и бросьте его в кипящую подсоленную воду. Варите клецки до тех пор, пока они не всплывут. Готовые клецки выньте из кастрюли шумовкой, заправьте их сливочным маслом и «пармезаном» и подайте на стол.

MARIÙ SALVATORI DE ZULIANI
LA CUCINA DI VERSILIA E GARFAGNANA

Вареная говядина с овсяными клецками

По-английски овсяные клецки называются «hodgils». «Hodgil» — это старый вариант английского слова «border» («край», «кайма»). Вне всяких сомнений, это блюдо получило такое название потому, что его подают в качестве гарнира, дополнения («trimmings» — «гарнир», «отделка на платье») к вареной говядине.

На 6 порций

соленая говядина, замоченная с вечера в воде	1,5—2 кг
лавровый лист	1 шт.
морковь, очищенная и разрезанная на четыре части	750 г
репчатый лук, нарубленный	500 г
пастернак или брюква, очищенная от кожицы и нарезанная на кусочки	350 г

Овсяные клецки

овсяная мука	250 г
лук-резанец, мелко нарубленный	1 ст. л.
соль и перец	

Взвесьте говядину, запомните вес и положите мясо в большую кастрюлю, бросив в нее лавровый лист. Залейте мясо холодной водой и медленно доведите воду до кипения, после чего накройте кастрюлю крышкой, убавьте огонь и варите мясо. Время варки высчитайте по весу мяса: на каждый фунт мяса — 25 мин плюс еще 25 мин. За 1,5 ч до конца добавьте в кастрюлю овощи.

Чтобы приготовить овсяные клецки, смешайте овсяную муку с луком и хорошенько посолите и поперчите. Снимите жирную пленку с поверхности мясного бульона и разведите ей тесто, затем скатайте из теста приблизительно 10 шариков. Дайте клецкам минут 20 полежать, после чего бросьте их в мясной бульон и варите 15 мин.

Подайте на стол мясо с овощами и клецками. Бульон можно использовать в качестве подливы, предварительно посолив, если это нужно.

JANET WARREN
A FEAST OF SCOTLAND

Клецки из творога и шпината

Les Cailettes

«Бруссэ» — *это свежий, несоленый творог из овечьего молока, аналог итальянского сыра* «рикотта», *производящийся в Провансале. Поэтому «бруссэ» можно заменить* «рикоттой». *Клецки можно приготовить в формах для пирожков, поджарив их на растительном масле.*

На 6 порций

«бруссэ»	500 г
шпинат; стебли удалить, листья вымыть, высушить и нарубить	500 г
зелень петрушки, мелко нарубленная	1 ст. л.
чеснок, мелко нарезанный	1 зубчик
сливочное масло	30 г
мука	250 г
соль	
яйца	3 шт.

Поджарьте шпинат на сливочном масле, пока он не станет мягким, а жидкость не испарится, после чего остудите его.

Смешайте сыр или творог с 1/2 частью всей муки, шпинатом, петрушкой и чесноком, бросьте щепотку соли. Разбейте в смесь несколько яиц и хорошенько все перемешайте, постепенно подсыпая в смесь муку, пока у вас не получится крутое, но легко тянущееся тесто. Разделите тесто на 12—15 частей; из каждой части скатайте толстую, короткую колбаску.

Слегка обваляйте клецки в остатках муки и бросьте в кипящую воду. Накройте крышкой и варите на небольшом огне в течение 15 мин, затем слейте воду и подайте клецки на стол.

C. CHANOT-BULLER
VIEILLES RECETTES DE CUISINE PROVENCALE

Клецки из зелени

Gnocchi a la Nicarde

На 6—8 порций

шпинат; стебли удалить, листья мелко нарубить	200 г
мангольд; стебли удалить, листья мелко нарубить	200 г
лутук, мелко нарубленный	200 г
соль	
мука	1 кг
оливковое масло	1 ст. л.
яйца	2 шт.
«пармезан», натертый	50 г
сливочное масло, растопленное	30 г

Посыпьте солью шпинат, мангольд и латук и оставьте зелень в миске на 30 мин. Затем насухо отожмите ее.

Смешайте муку с яйцами, оливковым маслом, зеленью и 2/3 всего тертого «пармезана», бросьте щепотку соли и добавьте, если нужно, немного воды, чтобы у вас получилось легко тянущееся тесто. Дайте тесту 30 мин постоять.

Натрите ладони мукой и руками скатайте из теста маленькие колбаски. Положите клецки в кипящую, подсоленную воду и варите их в большом объеме воды под крышкой в течение приблизительно 20 мин.

Слейте воду, выложите клецки на теплое сервировочное блюдо, сверху полейте их топленым сливочным маслом и посыпьте остатками «пармезана». Или же вместо сливочного масла вы можете полить клецки соусом из-под «прованской» тушеной говядины и посыпать сверху тертым сыром.

C.CHANOT-BULLER
VIEILLES RECETTES DE CUISINE PROVENCALE

Клецки с мясной начинкой по-литовски

Kolduny Litewskie

Если вы не смогли достать сырой почечный жир, используйте вместо него почечное сало. О том, как начинить кружки из теста, рассказывается на стр. 54.

«Колдуны», или небольшие клецки с мясной начинкой, нужно делать маленького размера, чтобы их можно было класть в рот целиком: клецки нельзя разрезать, потому что в этом случае из них вытечет весь сок. Начинку лучше всего приготовить из говяжьего филе — оно достаточно сочное и мягкое.

На 4 порции

мука	250 г
яйца	2 шт.
вода	4 ст. л.
соль	
мясной бульон (см. стр. 166)	1 л

Начинка

сырое мясо, мелко нарезанное	250 г
сырая бычья почка; взять жир, очистить и нарезать	250 г
соль и перец	
майоран	
репчатый лук, натертый	1 шт.

Насыпьте на стол муку, разбейте яйца, добавьте немного воды и подушечками пальцев смешайте все ингредиенты. Замесите тесто, добавляя в него понемногу воду, затем тонко раскатайте и нарежьте на кружки диаметром 5 см.

Чтобы приготовить начинку, положите мясо и почечный жир в миску и тщательно смешайте их. Добавьте по вкусу соль, перец и майоран. Ошпарьте репчатый лук в небольшом количестве кипящего бульона, выньте лук шумовкой и положите его в миску с мясом.

Положите немного мясной начинки на каждый кружок теста, сложите тесто пополам, смочите края и крепко слепите их. Снова доведите бульон до кипения, после чего бросьте в него клецки и сварите их. Клецки подаются на стол прямо в кастрюле с бульоном. Не нужно добавлять в них сливочное масло или соус, потому что они и так достаточно сочные.

MARIA DISSLOWA
JAK GOTOWAC

Кукурузные клецки

На 6 порций

кукурузная крупа	40 г
пшеничная мука	90 г
пекарный порошок (заменитель дрожжей)	1,5 ч. л.
соль	1/2 ч. л.
молоко	5 ст. л.
яйца	1 шт.
топленый жир бекона или 30 г мягкого сливочного масла	2 ст. л.

Смешайте в миске кукурузную крупу с пшеничной мукой, пекарным порошком и солью. Добавьте молоко, яйца и жир или мягкое сливочное масло и хорошенько все перемешайте. Чайной ложкой зачерпните тесто и опустите в кипящий овощной отвар или мясной бульон. Чтобы клецки не прилипали ко дну кастрюли, в ней должно быть много жидкости и много овощей или мяса. Плотно накройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне в течение приблизительно 15 мин. Подайте клецки на стол с овощами или мясом и небольшим количеством бульона, в котором они варились.

JEANNE A. VOLTS
THE FLAVOR OF THE SOUTH

Клецки с соленой свининой

La Mique

Это крестьянское блюдо с начинкой широко распространено в местности, расположенной рядом с городом Пёргч на юго-западе Франции.

На 6 порций

соленая свинина, нарезанная на 6 частей и вымоченная в течение 12 ч; несколько раз менять воду	750 г
черствый хлеб с корками, нарезанный кубиками	250 г
свежий свиной жир, нарезанный кубиками	100 г
теплое молоко; мясной бульон (*см. стр. 165*) или вода	около 80 мл
соль и перец	
пекарный порошок	1 ч. л.
яйца	3 шт.
топленый свиной или гусиный жир или растительное масло	1 ст. л.
мука	150 г
капуста, крупно нарезанная	125 г
репчатый лук, разрезанный на четыре части	1 шт.
белая репа, очищенная от кожицы и крупно нарезанная	1 шт.
лук-порей, крупно нарезанный	1 шт.
шведский мангольд; жилки удалить, листья крупно нарезать	125 г
веточка сельдерея, крупно нарезанная	2 шт.
толченая гвоздика	1 ч. л.

Наполните миску черствым хлебом, нарезанным на кубики, и смешайте его со свиным жиром. Добавьте такое количество теплого молока, бульона или воды, чтобы хлеб стал мягче, но при этом не размяк. Добавьте соль, перец, пекарный порошок и перемешайте. В другой посуде слегка взбейте яйца — как обычно взбивают яйца для омлета — и налейте в них гусиный или свиной жир или же растительное масло. Добавьте полученную смесь в миску с хлебом и свиным жиром. Сверху посыпьте мукой и размешайте, чтобы у вас получилась густая, но легко поддающаяся работе масса. Для этого возьмите миску обеими руками и медленно и осторожно потряхивайте до тех пор, пока все ингредиенты не перемешаются. Не трогайте смесь руками или ложкой. Когда смесь превратиться в однородную массу и начнет выступать за края миски, слепите из нее большую продолговатую клецку, напоминающую по своей форме мяч для регби. Посыпьте ее мукой и накройте кухонным полотенцем.

Положите соленую свинину и овощи в кастрюлю и варите в большом объеме воды в течение 1,5 ч. Когда пройдет половина от общего времени варки, положите в кастрюлю клецку. Приблизительно через 20 мин выньте готовую клецку из воды при помощи половника. Вареная клецка должна стать вдвое больше, чем была. Перед подачей на стол разрежьте клецку поперечно на две части и положите на сервировочное блюдо. Вокруг нее поместите вареные овощи, а сверху положите куски свинины.

ZETTE GUINAUDEAU — FRANC
LES SECRETS DES FERMES EN PÉRIGORD NOIR

Картофельные клецки

Strapachka

На 4 порции

картофель, очищенный и натертый	600 г
непросеянная мука	300 г
яйцо	1 шт.
соль	
сало	90 г
слоеный бекон, нарезанный кубиками	100 г
творог	150 г

Из картофеля, муки, яиц, сала и 1/2 ч. л. соли приготовьте тесто для клецек. Тщательно его раскатайте, а затем слепите из него клецки размером с куриное яйцо. Опустите клецки в большую кастрюлю с кипящей, подсоленной водой и варите в течение приблизительно 20 мин или же до тех пор, пока они не станут рассыпчатыми и не достигнут полной готовности. Затем откиньте их на дуршлаг и поставьте в теплое место, чтобы они не остыли, пока готовится бекон.

Поджарьте бекон, пока он не станет хрустящим, после чего снимите шкварки со сковороды, положите в оставшийся жир клецки и хорошенько перемешайте их, чтобы они полностью пропитались жиром. Клецки подают на стол, посыпав сверху шкварками и тертым сыром.

JOSEF VENESZ
HUNGARIAN CUISINE

Капустные клецки

На 4 порции

булочка	4 шт.
капуста; кочерыжку удалить, капусту нашинковать	500 г
сливочное масло	325 г
молоко	600 мл
яйца	2 шт.
яичные желтки	4 шт.
мука	100 г
соль	1 ч. л.
сало	60 г
«грийер», натертый	100 г

Возьмите две булочки и нарежьте их кубиками, после чего обжарьте на 60 г сливочного масла, пока хлеб не станет золотисто-коричневого цвета. Оставшиеся две булочки раскрошите и замочите в молоке.

Возьмите 200 г сливочного масла, дайте ему растаять, а затем смешайте масло с яйцами, яичными желтками, мукой и посолите. Положите капусту на сковороду и тушите ее на сале в течение приблизительно 10 мин или же до тех пор, пока она не перестанет быть хрустящей, после чего добавьте капусту в смесь. Выньте хлеб из молока, протрите его сквозь сито и также добавьте его в смесь. Туда же положите поджаренный хлеб. Хорошенько все перемешайте, слепите из полученной массы клецки размером с куриное яйцо. Опустите клецки в кипящую воду и варите в течение приблизительно

15 мин или же до тех пор, пока они не достигнут полной готовности, но останутся твердыми.

Растопите оставшееся сливочное масло, выньте клецки из воды и подайте их на стол, полив сверху топленым маслом и посыпав тертым сыром.

JOZSEF VENSZ
HUNGARIAN CUISINE

Клецки из прессованного творога

Если прессованный творог слишком сухой, используйте для приготовления клецек немного меньше манной крупы.

На 4—6 порций

прессованный творог, протертый сквозь сито	750 г
яйца	4 шт.
манная крупа	150 г
соль	
сало	60 г
свежий белый хлеб, раскрошенный	140 г
сметана	200 мл

Смешайте творог с яйцами и манной крупой, слегка посолите смесь и дайте ей постоять в течение 1 ч, чтобы крупа стала мягкой. Затем влажными руками слепите из смеси 20 клецек размером с куриное яйцо, опустите готовые клецки в кипящую, подсоленную воду и варите в течение приблизительно 15 мин или до тех пор, пока они не станут твердыми и не достигнут полной готовности.

Пока варятся клецки, растопите на сковороде сало и обжарьте на нем хлебные крошки, пока они не станут хрустящими и золотистыми. Обваляйте клецки в крошках и подайте на стол со сметаной.

JOSEF VENESZ
HUNGARIAN CUISINE

Картофельные клецки с брынзой

Zemiakové Halusky s Bryndzou

Брынза — *это мягкий овечий сыр, напоминающий сыр* «фета», *более сухой и острый, чем* «рикотта». *Его можно заменить 300 г сливочного сыра или 200 мл сметаны. Вместо копченого бекона можно использовать сливочное масло.*

На 6—8 порций

молодой картофель, натертый	1 кг
соль	
мука	300 г
копченый бекон, нарезанный на маленькие кусочки	100 г
брынза, раскрошенная	250 г
лук-резанец или укроп, мелко нарубленный	

Положите тертый картофель в большую миску, добавьте соль и муку и хорошенько перемешайте. Готовое тесто не должно прилипать к стенкам посуды. Переложите тесто на деревянную доску, нарежьте на небольшие кусочки и засыпьте их в кипящую воду. Когда клецки всплывут на поверхность, выньте их из кастрюли шумовкой и выложите на сервировочное блюдо. Поджарьте бекон. Посыпьте клецки крошками сыра (смажьте сливочным сыром или полейте сметаной) и посыпьте луком или укропом. Сверху положите кусочки жареного бекона, полейте жиром, оставшимся после жарки, и сразу же подайте на стол.

VOJTECH SPANKO (EDITOR)
SLOVENSKÁ KUCHÁRKA

Клецки из лука-порея

Nioques aux Poireaux

На 4—6 порций

лук-порей, вымытый и нарезанный на кружочки толщиной 2—3 мм	500 г
вода	3 л
соль	
картофель	250 г
яйца	3 шт.
перец	
мука	100 г
«грийер», натертый	250 г
сливочное масло, растопленное или 4 ст. л. жирных сливок	50 г

В глубокой кастрюле вскипятите воду. Слегка ее посолите, засыпьте лук-порей и варите его в течение 15 мин. При помощи шумовки достаньте лук из кастрюли; отвар сохраните. Заверните лук в кусок ткани и отожмите его, чтобы избавиться от излишка жидкости, затем мелко нарубите лук и положите в миску.

Положите в луковый отвар картофель и варите в течение 20—25 мин, после чего картофель процедите, слив воду в отдельную посуду и сохранив, а вареный картофель протрите сквозь сито. Смешайте пюре с луком-пореем и последовательно добавьте в него яйца. Поперчите смесь и, если нужно, еще посолите. Насыпьте муку, добавляя ее по одной столовой ложке, и перемешайте. У вас должно получиться крутое, эластичное тесто.

Положите тесто на кухонную доску, посыпанную мукой, и скатайте из него длинные колбаски толщиной с палец. Разрежьте колбаски на кусочки длиной 3 см. Каждый кусок раскатайте ладонями до тех пор, пока тесто не покажется с обеих сторон ладони. Затем вскипятите сохраненный отвар и опустите в него клецки. Отрегулируйте нагрев плиты так, чтобы поддерживать в кастрюле слабое кипение. Когда клецки будут готовы, они всплывут на поверхность кипящей жидкости. Готовые клецки выньте из кастрюли шумовкой и выложите на кусок ткани сушиться.

Когда клецки просохнут, разложите их на противне, смазанном сливочным маслом, и посыпьте каждый слой горстью тертого «грийера». Сверху полейте блюдо небольшим количеством топленого сливочного масла или жирными сливками, в зависимости от вашего вкуса. Поставьте противень в верхнее отделение духовки, предварительно нагретой до 240° С, на 15 мин или же до тех пор, пока блюдо не подрумянится. Клецки подают на стол горячими.

PIERRE ANDROUET
LA CUISINE AU FROMAGE

Блюда из цельных бобовых

Белая фасоль

Wiesse Bohnen

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78.

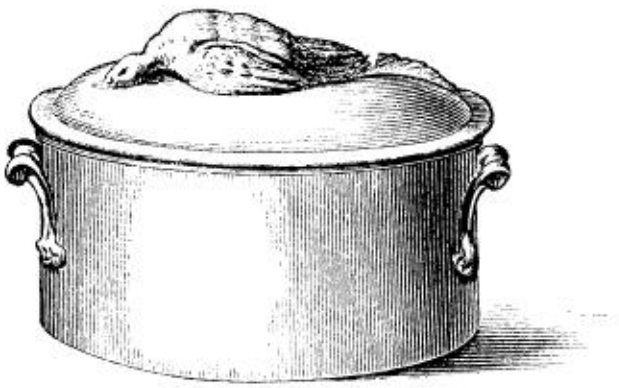
В Вестфалии (Германия) обычно смешивают фасоль с яблоками или горохом, который готовят в отдельной посуде в небольшом количестве воды и сливочного масла.

На 6—8 порций

сушеная белая фасоль, замоченная в воде, процеженная	500 г
вода	1 л
лавровый лист	2 шт.
пучок зелени для супа (морковь, лук-порей, сельдерей и петрушка, связанные в один пучок)	1 шт.
копченый слоеный бекон, нарезанный кубиками	125 г
репчатый лук, мелко нарезанный	2 шт.
чеснок, нарезанный	1 зубчик
соль и перец	
майоран или тимьян	
вино или яблочный уксус (необязательно)	2 ст. л.

Положите фасоль в кастрюлю, залейте ее холодной водой, бросьте 2 лавровых листа и варите на медленном огне в течение 1—1 ч 15 мин или до тех пор, пока фасоль не станет мягкой. В другой посуде поджарьте кубики бекона; добавьте репчатый лук и чеснок и жарьте их, пока они не станут золотистыми. Выньте из кастрюли с фасолью пучок с зеленью и лавровые листья. Фасоль и отвар перелейте в кастрюлю с беконом и луком. Посолите, поперчите, посыпьте майораном и, если хотите, плесните немного уксуса. Варите на медленном огне в течение нескольких минут. Если вы хотите приготовить пюре из фасоли, перед тем, как смешать вареную фасоль с беконом, протрите ее сквозь сито.

GRETE WILLINSKY
KOCHBUCH DER BÜCHERGILDE



Белая фасоль в соусе

Haricots Blancs en Sause

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78.

На 10 порций

сушеная белая фасоль, замоченная в воде с вечера, процеженная	600 г
репчатый лук; 2 шт. нарубить и 3 шт. нарезать тонкими кружками	5 шт.
молотый шафран	1/4 ч. л.
сливочное масло	200 г
перец	1 ч. л.
соль	
зелень петрушки, мелко нарезанная	6 ст. л.

Положите в кастрюлю фасоль и репчатый лук, добавьте молотый шафран, разведенный в 2 ст. л. воды, и сливочное масло. Налейте воду, доведите ее до кипения и варите на медленном огне под крышкой около 2 ч или же до тех пор, пока вся фасоль не станет мягкой. Когда фасоль будет готова, добавьте в кастрюлю кружочки репчатого лука, перец, петрушку и соль по вкусу. Как только лук станет мягким, снимите кастрюлю с плиты. Если соус получился слишком густым, подлейте в него немного воды. Блюдо следует подавать на стол очень горячим, выложив в глубокое сервировочное блюдо.

AHMED LAASRI
240 RECETTES DE CUISINE MAROCAINE

Фасоль со специями

La Loubia

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78.

На 6 порций

сушеная белая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	1 кг
чеснок	4 зубчика
молотый тмин	
паприка	1 ч. л.
гвоздика	2 шт.
соль	
маленький красный чили	1 шт.
оливковое масло	1 ст. л.

Положите фасоль в несоленую воду и варите в течение 1,5 ч. Растолките в ступке чеснок, бросьте большую щепотку молотого тмина, паприку, гвоздику, добавьте немного соли и измельчите чили; плесните немного оливкового масла и смешайте полученную массу с фасолью. Варите фасоль в соусе в течение еще 20 мин или же до тех пор, пока бобы не станут мягкими.

LÉON ISNARD
LA CUISINE FRANCAISE ET AFRICAINE

Белая фасоль

Bohnenkerne

На 4 порции

сушеная белая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	500 г
лавровый лист	1 шт.
соль	
сливочное масло	50 г
копченый бекон, нарезанный кубиками	50 г
репчатый лук, нарезанный кружками	1 шт.
помидоры, нарезанные кружками	500 г
«грийер», натертый	50 г

Положите фасоль и лавровый лист в кастрюлю и залейте их водой. Варите на медленном огне в течение 2 ч или же до тех пор, пока фасоль не станет мягкой. В конце варки добавьте по вкусу соль.

Растопите на сковороде половину всего сливочного масла и поджарьте на нем бекон и репчатый лук, пока лук слегка не подрумянится.

Возьмите противень, смажьте его жиром и разложите на нем слоями фасоль, помидоры и бекон с луком. Смажьте оставшимся сливочным маслом, посыпьте тертым сыром и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 1 ч или же до тех пор, пока блюдо не подрумянится сверху и не покроется хрустящей корочкой.

ELIZABETH SCHULER
MEIN KOCHBUCH

«Кастероль» с мясом и фасолью

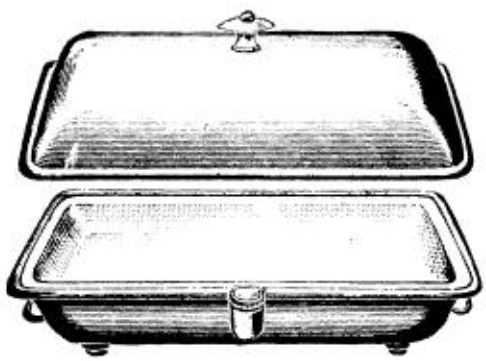
Mon Favori

На 4 порции

сушеная белая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная и вареная в течение 30 мин при сильном кипении	250 г
постная свинина, нарезанная на куски	300 г
телятина, нарезанная на куски	300 г
индюшачьи или куриные сердца, вторые желудки, шеи и кончики крылышек	250 г
маленькие копченые сосиски, отваренные	4 шт.
сливочное масло	30 г
помидоры, протертые через сито	2 шт.
соль	

В большой массивной кастрюле разогрейте сливочное масло. Положите в нее свинину и слегка поджарьте, затем добавьте телятину, потроха и сосиски и жарьте до тех пор, пока все мясо не станет золотистого цвета. Добавьте частично отваренную фасоль вместе с водой, в которой она готовилась: в результате в кастрюле должно оказаться столько жидкости, чтобы все ингредиенты оказались покрыты водой. В последнюю очередь положите в кастрюлю томатное пюре. Накройте кастрюлю крышкой и тушите на медленном огне в течение 3 ч. Перед подачей на стол добавьте в жаркое по вкусу соль.

EDOUARD NIGNON (EDITOR)
LE LIVRE DE CUISINE DE L'OUEST-ÉCLAIR



Фасоль в остром тыквенном соусе

Для этого блюда фасоль нужно варить в очень небольшом количестве воды, потому что недостающую жидкость вы получите за счет сока, который дадут тыква и, ближе к концу варки, помидоры. Фасоль можно подать на стол с макаронными изделиями из пшеничной муки.

На 4 порции

белая фасоль, замоченная с вечера в воде, процеженная	250 г
тыква, очищенная от кожицы и семян и нарезанная	1 кг
большая луковица, мелко нарезанная	1 шт.
чеснок, мелко нарезанный	1 зубчик
чабер садовый, нарубленный	1 ст. л.
томатное пюре	2 ст. л.
помидоры; ошпарить, снять кожицу и разрезать каждый помидор пополам	250 г

Залейте фасоль 600 мл воды и варите в течение 15 мин. Затем добавьте в кастрюлю кусочки тыквы, репчатый лук, чеснок, чабер, томатное пюре и перемешайте. Накройте крышкой и варите на медленном огне в течение 1,5 ч.

Установите над миской сито, выньте из помидоров семена и подавите их деревянной ложкой, чтобы из них вытек весь сок. Добавьте полученный сок в кастрюлю с фасолью и варите еще 30 мин, не снимая крышки. Непосредственно перед подачей блюда на стол нарежьте ломтиками остатки помидоров и положите их в кастрюлю с фасолью — помидоры должны разогреться, но остаться твердыми.

GAIL DUFF
GAIL DUFF'S VEGETARIAN COOKBOOK

Коричневые бобы по-египетски

Ful Medames

Яйца для этого блюда нужно очень долго варить в воде с луковой шелухой. Используйте шелуху, взятую с нескольких луковиц, и варите яйца на очень медленном огне в течение минимум 6 ч. Плесните в воду немного растительного масла, чтобы в процессе варки вода не выкипала слишком быстро. Сушеные полевые бобы имеют жесткую, горькую кожицу, поэтому после вымачивания или варки бобов ее необходимо удалить.

«Фул Медамес» — это древнеегипетское блюдо, возникшее еще до Оттоманской империи и до завоевания Египта арабами. Возможно, что оно возникло еще во времена фараонов. В древней арабской пословице говорится так: «Бобами питались даже сами фараоны».

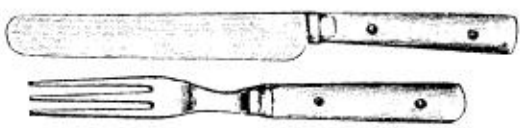
На 6 порций

сушеные полевые бобы, замоченные в воде с вечера, процеженные	1 кг
чеснок, раздавленный (необязательно)	2—4 зубчика
яйца, сваренные в луковой шелухе, или обыкновенные яйца вкрутую	6 шт.
зелень петрушки, мелко нарубленная	8 ст. л.
оливковое масло	
лимон, разрезанный на четыре части	3 шт.
соль и свежемолотый черный перец	

Налейте в большую кастрюлю чистую воду, положите в нее бобы и варите, не добавляя соли, до тех пор, пока бобы не станут мягкими — около 2 ч. Следите, чтобы бобы не разварились. Когда бобы станут мягкими, слейте воду, посолите и добавьте по вкусу давленный чеснок или же подайте нарезанный кружками чеснок на стол в отдельной посуде, чтобы желающие могли сами положить себе столько, сколько им требуется.

Бобы подаются на стол в глубоких тарелках. Поверх каждой порции бобов положите вареное яйцо и посыпьте сверху зеленью петрушки. Возле каждой тарелки поставьте оливковое масло, соль, черный перец и разложите дольки лимона, чтобы каждый присутствующий мог заправить бобы тем, чем ему хочется. Многим нравится раздавить яйцо вилкой и смешать с бобами, чтобы соединить их вкусовые качества.

CLAUDIA RODEN
A BOOK OF MIDDLE EASTERN FOOD



Белая фасоль со свиной кожей

Haricots aux Couennes

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78. Вместо сушеной белой фасоли для приготовления этого блюда можно использовать свежую фасоль. В этом случае не нужно с вечера замачивать фасоль в воде. Свежую фасоль опускают в кипящую несоленую воду и варят в течение 1—2 ч, пока она не станет мягкой.

На 4 порции

сушеная белая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	250 г
сырая свиная кожа	125 г
репчатый лук, нарезанный	2 шт.
морковь, нарезанная	2 шт.
чеснок, нарезанный	1 зубчик
зелень петрушки, нарубленная	2 ст. л.
сырой свиной жир	30 г
соль и перец	
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные	2 шт.

Положите фасоль и свиную кожу в кастрюлю, залейте их сырой, холодной водой и доведите воду до кипения. Когда вода закипит, засыпьте лук и морковь, накройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне около 2 ч или же до тех пор, пока фасоль и свиная кожа не станут мягкими. За полчаса до конца варки добавьте чеснок, петрушку, свиной жир, посолите и поперчите по вкусу. Непосредственно перед подачей блюда на стол положите в него помидоры.

ZETTE GUINAUDEAU-FRANC
LES SECRETS DES FERMES EN PÉRIGORD NOIR

Пятнистая фасоль из Ти-Дарта

Это блюдо возникло на ранчо «Ти-Дарт» в Аризоне. Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78.

На 8 порций

пятнистая фасоль, замоченная в воде на 12 ч, процеженная	1 кг
говяжий фарш	1 кг
репчатый лук, нарезанный	200 г
чеснок, раздавленный	1 зубчик
соль	2 ч. л.
орегано	
сушеный чили, мелко растолченный	1 шт.
жирная часть грудинки	50 г

Залейте холодной водой фасоль и доведите воду до кипения. Затем убавьте нагрев так, чтобы вода едва кипела. Смешайте фарш с репчатым луком, чесноком, насыпьте 1 ч. л. соли, бросьте щепотку орегано и добавьте толченый чили. На сковороде растопите жир. Положите в него приготовленную смесь и поджарьте до тех пор, пока она не станет золотисто-коричневого цвета. Затем переложите на сковороду фасоль и готовьте в течение 4 ч, частично прикрыв крышкой. Готовое блюдо посолите по вкусу.

CLEMENTINE PADDLEFORD
THE BEST IN AMERICAN COOKING

«Чиле» с мясом

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78. В данном рецепте используется американская приправа «чили» (см. рецепт справа).

На 8 порций

сушеная фасоль (красная, пятнистая и т. п.), замоченная с вечера в воде, процеженная	500 г
постная тушеная говядина, нарезанная кубиками	1 кг
лавровый лист	2 шт.
большая луковица, нарезанная кружками	2 шт.
чеснок, растолченный	1 зубчик
растительное масло	2 ст. л.
помидоры; снять кожицу и сделать из мякоти пюре	5 шт.
соль	2 ч. л.
кукурузная мука или 2 ст. л. мелкой кукурузной крупы	1 ст. л.
черный перец	1,5 ч. л.
сушеный ореганум, сушеный шалфей и молотый тмин	1/4 ч. л. каждого продукта
приправа «чили»	1 ст. л.

Залейте фасоль и мясо водой и доведите воду до кипения. Бросьте лавровый лист, положите репчатый лук и чеснок.

Когда фасоль станет мягкой (приблизительно через 2 ч), нагрейте сковороду и налейте на горячую сковороду растительное масло. Положите томатное пюре, кукурузную муку или крупу, соль, зелень, перец и приправу. Тщательно все перемешайте и готовьте на медленном огне в течение 5 мин. Добавьте смесь к бобам и варите еще 1 ч.

GEORGE C. BOOTH
THE FOOD AND DRINK OF MEXICO

Красная фасоль
Haricots Rouges

На 6 порций

красная фасоль, замоченная с вечера в воде, процеженная	750 г
соль и перец	
слоеный бекон; жир удалить, мясо нарезать на куски размером 2,5 см на 1 см	200 г
оливковое или сливочное масло	1 ст. л.
мука	15 г
красное вино	300 мл
вода	200 мл
сливочное масло, нарезанное на маленькие кусочки	30 г

Положите фасоль в кастрюлю с водой, доведите воду до кипения и варите в течение 10 мин на сильном огне, затем убавьте нагрев и варите около 2 ч или же до тех пор, пока фасоль не станет мягкой. Посолите по вкусу.

Пока готовится фасоль, положите бекон на 5 мин в кипящую воду, затем слейте воду, переложите бекон в массивную двухлитровую кастрюлю с растительным маслом и слегка поджарьте его, пока он не подрумянится со всех сторон. Затем насыпьте муку и готовьте на среднем огне в течение 3 мин, непрерывно помешивая деревянной ложкой, после чего налейте в кастрюлю вино, воду, посолите и поперчите и варите 25 мин. Когда сварится фасоль, процедите ее и добавьте в кастрюлю с беконом. Положите сливочное масло и потрясите кастрюлю из стороны в сторону, пока масло не растает, после этого сразу же подайте блюдо на стол.

JULES GOUFFÉ
LE LIVRE DE CUISINE

Ковбойская фасоль

Американская приправа «чили» — это смесь острого и сладкого перца. Она гораздо менее острая, чем обыкновенная приправа «чили». Если вы не смогли достать американский «чили», используйте вместо него смесь, приготовленную из одной части красного стручкового перца и одной части паприки.

На 6—8 порций

сушеная пятнистая или красная фасоль, замоченная в воде с вечера, процеженная	500 г
ветчинная кость	
стручок чили (необязательно)	1 шт.
соль	2 ч. л.
почечное сало, нарезанное	125 г
большая луковица, нарезанная	1 шт.
чеснок, нарезанный	1 зубчик
зрелые помидоры; удалить кожицу и семена и нарезать мякоть	4 шт.
зелень петрушки, мелко нарубленная	6 ст. л.
молотый тмин	1/2 ч. л.
сушеный майоран	1/2 ч. л.
приправа «чили»	1,5 ст. л.

Насыпьте в кастрюлю фасоль и залейте ее холодной водой. Положите в нее ветчинную кость, стручок чили и бросьте 1 ч. л. соли. Доведите воду до кипения, через 10 мин убавьте нагрев, накройте кастрюлю крышкой и варите фасоль на медленном огне в течение 2—3 ч или же до тех пор, пока бобы не станут мягкими. Когда фасоль достигнет готовности, процедите ее, слив отвар в отдельную посуду и сохранив.

Возьмите большую сковороду, растопите в ней почечный жир, положите репчатый лук и чеснок и жарьте их в течение 5 мин или же до тех пор, пока лук не начнет становиться золотистым. Затем добавьте помидоры, петрушку, залейте все это 250 мл отвара, в котором готовилась фасоль, посолите по вкусу и положите все остальные ингредиенты. Готовьте на медленном огне, периодически помешивая, в течение 45 мин, после чего добавьте фасоль, накройте крышкой и варите еще 20 мин.

THE EDITORS OF AMERICAN HERITAGE
THE AMERICAN HERITAGE COOKBOOK

Острая фасоль

Frijoles a la Charra

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78.

Название этого мексиканского блюда можно перевести следующим образом: фасоль, приготовленная так, как это делают жены чарро («чарро» называют мексиканских ковбоев).

На 6 порций

сушеная розовая или пятнистая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	250 г
сырая свиная кожа, нарезанная на маленькие квадраты	125 г
репчатый лук, нарезанный кружками	1/4 шт.
чеснок, снять кожицу и нарезать кружками	2 маленьких зубчика
вода	1,5 л
соль	11/4 ч. л.
слоеный бекон, нарезанный на маленькие кусочки	125 г
сало или топленый свиной жир	30 г
помидоры; очистить от кожицы и семян, нарезать мякоть и выжать сок или консервированные помидоры	350 г
«чили серрано», мелко нарезанный	3 шт.
зеленые побеги свежего кориандра	2 шт.

Сложите кусочки свиной кожи, фасоль, репчатый лук и чеснок в специальную посуду для варки бобов или в большую кастрюлю. Залейте все это водой и доведите воду до кипения, после чего убавьте нагрев, накройте кастрюлю крышкой и оставьте фасоль вариться до тех пор, пока она не станет мягкой — приблизительно на 1,5 ч. Затем посолите и варите, не накрывая кастрюлю крышкой, еще 15 мин.

Положите бекон в топленое сало или свиной жир и слегка обжарьте его. Добавьте кусочки помидоров, томатный сок и все оставшиеся ингредиенты. Готовьте смесь на довольно сильном огне в течение приблизительно 10 мин, пока соус не станет весьма острым.

Когда томатный соус будет готов, положите его в кастрюлю с фасолью и варите, не накрывая крышкой, на медленном огне в течение приблизительно 15 мин.

Блюдо подают на стол в мелких тарелках с жареной говядиной или телятиной или же фасоль готовят более жидкой и подают на стол в качестве супа.

DIANA KENNEDY
CUISINES OF MEXICO

Красная чечевица с пряностями

Masūr Dāl

На 4 порции

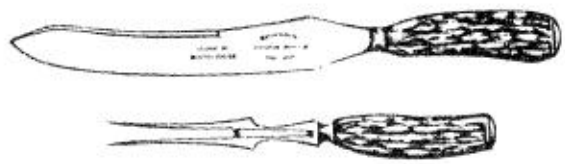
красная чечевица, промытая, замоченная на 1 ч в воде и процеженная	200 г
соль	1 ч. л.
«ги» или обезжиренное сливочное масло	2 ст. л.
репчатый лук, нарезанный	2 шт.

Масала

семена тмина	1 ч. л.
маковое семя	1 ч. л.
паприка или приправа «чили»	1 ч. л.
молотая куркума	1 ч. л.
семена кориандра	2 ч. л.
гвоздика	6 шт.
палочка корицы	5 см
стручки свежего кардамона	4 шт.
кокосовый орех, натертый	90 г
зерна черного перца	4 шт.
чеснок	4 зубчика

Залейте чечевицу сырой чистой водой, посолите и доведите воду до кипения. Варите чечевицу на среднем огне в течение 30 мин или же до тех пор, пока она не станет мягкой и не впитает в себя всю воду. Пока варится чечевица, приготовьте из указанных ингредиентов «масалу». Нагрейте на сковороде «ги» или обезжиренное сливочное масло и поджарьте на нем репчатый лук, чтобы он стал золотистым. Добавьте в него «масалу» и жарьте еще несколько минут. Когда чечевица будет почти готова, положите в нее приготовленную смесь. Блюдо подают на стол горячим вместе с рисом.

JACK SANTA MARIA
INDIAN VEGETARIAN COOKERY



Жареная чечевица

Lentejas Salteadas

На 4 порции

бежевая или мелкозеренная чечевица	350 г
кипящая подсоленная вода	около 1 л
сливочное масло	45 г
зелень петрушки, нарубленная	4 ст. л.
лимон; выжать сок	1 шт.
черный перец	
гренки треугольной формы	16 шт.
яйца, сваренные вкрутую и нарезанные кружками	4 шт.
тонкие ломтики слоеного бекона; поджарить, пока он не станет хрустящим	8 шт.

Засыпьте чечевицу в подсоленную воду и варите 1 ч или же до тех пор, пока она не станет мягкой, после чего слейте воду. В массивной сковороде растопите сливочное масло, положите в нее чечевицу и жарьте. Когда чечевица начнет коричневеть, посыпьте ее петрушкой, полейте лимонным со-

ком, бросьте щепотку черного перца и продолжайте готовить, периодически помешивая, пока чечевица полностью не поджарится. Перед подачей на стол блюдо следует украсить гренками, пластинками яйца и кусочками жареного бекона.

MANUEL M. PICA Y PARGA
LA COCINA PRÁCTICA

Жаркое из пшена и чечевицы

На 4—6 порций

пшено, сваренное	90 г
чечевица, сваренная и процеженная	200 г
«перья» зеленого лука, тонко нарезанные	2 шт.
растительное масло	4 ст. л.
шпинат, крупно нарубленный	100 г
яйца, взбитые	2 шт.
яблоки; очистить кожуру, вырезать и выбросить сердцевину, остальное натереть	2 шт.
молотый кориандр	1 ст. л.
соль	
лимонный сок	1 ст. л.

Нагрейте духовку до температуры 180° С. Поджарьте на растительном масле зеленый лук в течение 1 мин, затем положите на сковороду шпинат, слегка помешайте и готовьте еще 1—2 мин. Затем смешайте вместе пшено, чечевицу, жареную зелень и добавьте в полученную смесь все оставшиеся ингредиенты. Возьмите полулитровую металлическую посуду, налейте в нее растительное масло, переложите приготовленную смесь и поставьте в горячую духовку на 30—40 мин или же до тех пор, пока блюдо не затвердеет и не подрумянится сверху. Жаркое подают на стол теплым.

NANCY ALBRIGHT
RODALE'S NATURALLY GREAT FOODS COOKBOOK

Чечевица с курагой

Linsen mit Backaprikosen

На 4 порции

сушеная чечевица, вымоченная в воде 3—4 ч, процеженная и сваренная в чистой воде в течение 45 мин, затем процеженная	250 г
курага, замоченная в теплой воде на 15 мин, процеженная	50 г
большая луковица, мелко нарезанная	1 шт.
сливочное масло	40 г
соль и перец	
грецкие орехи, очищенные от скорлупы и нарезанные	4 шт.
зелень петрушки или листья кориандра, нарубленные	2 ст. л.

Поджарьте курагу с репчатым луком на сливочном масле на медленном огне, пока они не начнут становиться мягкими. Добавьте соль и перец, после чего переложите смесь вместе с кусочками грецкого ореха в кастрюлю с вареной чечевицей. Поставьте кастрюлю на очень медленный огонь и готовьте в течение приблизительно 10 мин, чтобы чечевица успела разогреться, но не стала сухой. Блюдо подают на стол, посыпав зеленью петрушки или кориандром.

KULINARISCHE GERICHTE: ZU GAST BEI FREUNDEN

«Косидо» из чечевицы

Cocido de Lentejas

Это блюдо пришло к нам из Ивиса. «Бутифаррон» *— это особый сорт вареной колбасы, распространенный на Балеарах и в Каталонии.* «Бутифаррон» *имеет необычный темный цвет, который придает колбасе вареная кровь, являющаяся ее основным ингредиентом. Она обладает слегка острым вкусом и может содержать семена пинии, миндальный орех, семена тмина и корицу. Ее можно купить в специализированных испанских продуктовых магазинах, но если вы не сможете достать этот сорт колбасы, замените его* «чорисо», *сортом, который гораздо легче найти в продаже.*

На 4 порции

чечевица	350 г
оливковое масло	4 ст. л.
репчатый лук среднего размера, нарезанный	2 шт.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные	6 шт.
чеснок, очищенный от кожицы	2 зубчика
ломтики «бутифаррон»	6 шт.
зеленая фасоль; отрезать верхушки и концы и нарезать на кусочки длиной 2,5 см	125 г
вода	900 мл
картофель, нарезанный кубиками	150 г

Залейте чечевицу водой, доведите воду до кипения и процедите. Налейте на сковороду растительное масло и поджарьте репчатый лук, помидоры, чеснок, колбасу и зеленую фасоль. Посолите, поперчите и налейте воду. Положите чечевицу и картофель, накройте крышкой и варите на медленном огне в течение 1 ч 15 мин—1,5 ч или же до тех пор, пока чечевица не станет мягкой и вся жидкость не выкипит.

LUIS RIPOLL
COCINA DE LAS BALEARES

Чечевица с воловьими хвостами в сметане

Sahne-Linsen mit Ochsenschwanz

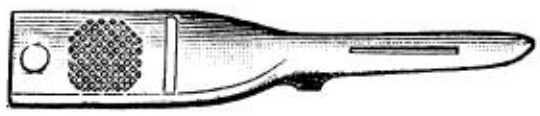
На 4—6 порций

мелкая нелущеная чечевица; с вечера замочить в воде, процедить	500 г
крепкий мясной бульон *(см. стр. 165)*	3 л
репчатый лук; луковицы большого размера; в одну воткнуть гвоздику, другую нарезать кружками	2 шт.
кусочки ветчины	3 ст. л.
картофель, почищенный и нарезанный кубиками	400 г
воловий хвост, нарезанный на части	1 шт.
растительное масло	2 ст. л.
чеснок, раздавленный	1 зубчик
корень сельдерея, нарезанный кубиками	1/2 шт.
лук-порей, нарезанный на полоски	1 шт.
морковь, нарезанная кружками	2 шт.
томатное пюре	2 ст. л.
красное вино	1 л
густая сметана	1/4 л
соль и перец	

Положите в мясной бульон чечевицу, луковицу с гвоздикой, кусочки ветчины и картофель и варите до тех пор, пока чечевица не станет мягкой (от 45 мин до 1 ч).

На отдельную сковороду положите воловий хвост, налейте растительного масла и поджарьте его на сильном огне, время от времени переворачивая кусочки. Через 10 мин добавьте чеснок, корень сельдерея, лук-порей, морковь, репчатый лук и томатное пюре. Убавьте огонь и готовьте еще 5 мин, периодически помешивая. Затем налейте вино, накройте сковороду крышкой и тушите на медленном огне в течение 2 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким, после чего снимите воловий хвост со сковороды, очистите мясо от костей, пока оно не успело остыть, и нарежьте его кубиками. Мясо, овощи, зелень и соус переложите в кастрюлю с чечевицей. Залейте все сметаной и доведите до кипения. перед подачей блюда на стол, посолите его.

HANS KARL ADAM
DAS KOCHBUCH AUS SCHWABEN



Чечевица с риштой (лапшой)

Рецепты приготовления «ришты» *— домашней лапши — впервые встречаются еще в древних арабских манускриптах.* «Ришту» *можно сделать из обычного теста для яичных макаронных изделий (см. стр. 167); тесто нужно замесить, раскатать и нарезать на формы, как показано на стр. 44 и стр. 48.*

Если вы хотите, чтобы чечевица осталась целой, используйте коричневый сорт; если вы предпочитаете пюре, лучше взять красную или желтую чечевицу. Пюре готовится перед тем, как в него добавляются макаронные изделия. Для этого протрите вареную чечевицу сквозь сито или же измельчите ее в электрическом миксере.

На 4 порции

чечевица	250—300 г
лапша «ришта»	350 г
соль и перец	
репчатый лук, мелко нарезанный	2 шт.
растительное масло	2 ст. л.
чеснок, раздавленный	2—3 зубчика
молотый кориандр	1 ч. л.
сливочное масло	30 г

Залейте чечевицу примерно 600 мл воды, посолите и варите в течение 30 мин—1,5 ч, пока чечевица не станет мягкой и вся вода не выкипит. Тщательно процедите вареную чечевицу и переложите ее в кастрюлю такого размера, чтобы в нее вместилась также лапша. Поджарьте на растительном масле репчатый лук, пока он не станет мягким и золотистым. Положите в него чеснок и кориандр и продолжайте готовить на медленном огне еще 2 мин, пока они не станут золотистого цвета. Затем переложите содержимое сковороды в вареную чечевицу, посолите и поперчите по вкусу. В большой кастрюле вскипятите воду, посолите, опустите в нее лапшу и варите около 5 мин, чтобы лапша едва начала становиться мягкой. Откиньте лапшу на дуршлаг, подождите, пока стечет вода, и переложите процеженную лапшу в кастрюлю с чечевицей. Заправьте сливочным маслом и хорошенько перемешайте. Блюдо следует подавать на стол очень горячим.

CLAUDIA RODEN
A BOOK OF MIDDLE EASTERN FOOD

Желтый горох по-берлински

Löffelerbsen nach Berliner Art

На 4 порции

сушеный желтый горох, с вечера замоченный в воде, процеженный	500 г
репчатый лук, нарезанный	1 шт.
лук-порей, нарезанный	1 шт.
маленький корень сельдерея; нашинкованный	1 шт.
сало	30 г
свиные уши и рыло; отскоблить, положить в кипящую воду на 5 мин, процедить и нарезать кубиками	500 г
тимьян или майоран	1 ч. л.
соль и перец	
картофель, нарезанный кубиками	2 шт.

В большой кастрюле поджарьте на сале репчатый лук, лук-порей и корень сельдерея. Затем добавьте горох, залейте большим количеством воды и доведите воду до кипения. Когда вода закипит, положите мясо, нарезанное кубиками, и зелень, посолите и поперчите, накройте кастрюлю крышкой

и варите на медленном огне в течение 40 мин. Через 40 мин добавьте картофель, снова накройте кастрюлю крышкой и варите еще 20 мин или же готовьте картофель и горох до тех пор, пока они не станут мягкими. Блюдо подают на стол со свежими булочками.

ELIZABETH SCHULER
MEIN KUCHBUCH

Острый горошек

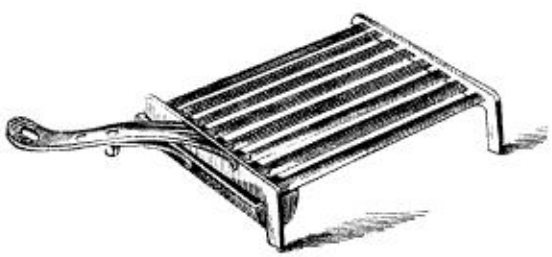
Amti

На 4 порции

желтый лущеный горох *(чанна дал)*, замоченный на 1 ч в воде и процеженный	250 г
«ги»	2 ст. л.
семена горчицы	1/2 ч. л.
стручки зеленого «чили»; семена удалить, перец нарезать (необязательно)	3 шт.
репчатый лук, мелко нарезанный	1 шт.
молотая куркума	1/2 ч. л.
паприка или приправа «чили»	1/2 ч. л.
зерна черного перца	12 шт.
палочка корицы; разломать на кусочки	2,5 см
гвоздика	4 шт.
свежие стручки кардамона	2 шт.
лимонный сок	1 ст. л.
соль	1 ч. л.

Залейте лущеный желтый горох 600 мл воды и варите в течение 40 мин или же до тех пор, пока горох не станет мягким и вся вода не впитается в него. Растопите на сковороде «ги» и поджарьте на нем семена горчицы. Когда семена лопнут, положите на сковороду зеленые «чили» и репчатый лук и жарьте до тех пор, пока лук не станет золотистым, после чего добавьте молотую куркуму и паприку или приправу «чили». Растолките в ступке зерна черного перца, корицу, гвоздику и кардамон и высыпьте полученную смесь на сковороду с луком и специями. Жарьте в течение 2 мин, после чего смешайте содержимое сковороды с вареным горохом. Полейте блюдо лимонным соком и несколько минут варите на медленном огне. Острый горошек подают на стол горячим.

JACK SANTA MARIA
INDIAN VEGETARIAN COOKERY



«Скачущий Джон»

Это блюдо с таким странным названием, по преданию, было названо в честь одного хромого официанта. Оно родилось на юге Америки, и считается, что «Скачущий Джон» принесет удачу тому, кто съест его в первый день нового года до полудня.

На 6 порций

горох с «черными глазками», замоченный с вечера или же доведенный до кипения и оставленный на 2 ч в воде, процеженный	250 г
подколенное сухожилие, разделанное	1 шт.
репчатый лук, нарезанный	1 шт.
сушеный чили, растолченный (по желанию можно взять больше)	1/2 ч. л.
рис	200 г
соль	1 ч. л.

Положите сухожилие, репчатый лук, чили в кастрюлю и залейте водой. Доведите воду до кипения и варите на медленном огне под крышкой в течение 30 мин, после чего переложите содержимое кастрюли вместе с бульоном в посуду с вареным горохом. Если жидкости не хватает, чтобы закрыть горох, подлейте еще воды. Накройте кастрюлю крышкой и варите при слабом кипении в течение 45 мин или же до тех пор, пока горох не станет мягким. Если потребуется, подлейте еще кипятка, чтобы горох все время находился в воде. Когда горох сварится, добавьте в кастрюлю рис и посолите, затем слегка помешайте, снова накройте крышкой и варите еще 20 мин или до тех пор, пока не сварится рис. Подливайте в кастрюлю воду, если это потребуется. Блюдо следует подавать на стол горячим.

JEANNE A. VOLTZ
THE FLAVOR OF THE SOUTH

Маи с каперсами и лимонами

На 4 порции

маи, замоченные в воде на 1 ч и процеженные	250 г
вода	600 мл
оливковое масло	4 ст. л.
репчатый лук среднего размера, мелко нарезанный	2 шт.
чеснок, нарезанный	1 зубчик
каперсы, нарезанные	2 ст. л.
большой лимон; корки натереть, сок выжать	1 шт.
зелень петрушки, нарубленная	4 ст. л.

Положите бобы в кастрюлю, залейте чистой водой, накройте крышкой и варите в течение 40 мин, после чего процедите, если в кастрюле останется вода. На медленном огне разогрейте на сковороде растительное масло, смешайте лук и чеснок и поджарьте их, пока они не станут мягкими. Добавьте маи, каперсы, тертую лимонную корку и сок. Накройте сковороду крышкой и готовьте на медленном огне в течение 2 мин. Непосредственно перед подачей блюда на стол посыпьте его петрушкой и перемешайте.

GAIL DUFF
GAIL DUFF'S VEGETARIAN COOKBOOK

Маи со свининой и креветками

Gulay Na Mongo

На 4 порции

маи, замоченные в воде на 1 ч и процеженные	200 г
свиная лопатка, нарезанная на маленькие кусочки	150 г
большие креветки или пильчатые креветки; снять панцирь и удалить черные жилки; разрезать мясо на четыре части (пополам и еще раз поперек)	150 г
вода	1 л
чеснок, нарезанный	2 зубчика
сало	30 г
маленькая луковица, нарезанная	1 шт.
томатный сок	4 ст. л.
соль	

Положите бобы в воду и варите 30—40 мин, пока они не станут мягкими. Слейте воду и поставьте бобы в теплое место. Поджарьте на сале чеснок, затем добавьте репчатый лук и жарьте, непрерывно помешивая, пока он не станет прозрачным. Когда лук будет готов, положите на сковороду свинину и накройте крышкой. Жарьте, периодически помешивая, до тех пор, пока свинина не приготовится — около 30 мин, после чего залейте ее томатным соком. Положите креветки, накройте сковороду крышкой и готовьте еще 10 мин, после чего положите бобы. Тщательно все перемешайте и добавьте по вкусу соль.

ALICE MILLER MITCHELL (EDITOR)
ORIENTAL COOKBOOK

Баклажаны с «куриным горошком»

Aubergines aux Pois Chiches Moronia

На 6—8 порций

баклажаны, нарезанные на кружки толщиной 2 см, замоченные в соленой воде на 30 мин, процеженные и высушенные	1,5 кг
«куриный горошек», с вечера замоченный в воде, процеженный	250 г
говяжьи ложные ребра или кусок куриного мяса	1 кг
паприка	1 ч. л.
чеснок	4 зубчика
холодная вода	около 2 л
растительное масло	150 мл
соль и перец	

Положите говядину, «куриный горошек», паприку и чеснок в кастрюлю и залейте водой. Доведите воду до кипения, снимите пену, затем убавьте нагрев, частично закройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне в течение 2 ч. Если потребуется, подлейте в кастрюлю кипятка.

Поджарьте куски баклажанов на горячем растительном масле и положите их сохнуть на бумажную салфетку; положите баклажаны поверх вареного «куриного горошка» и мяса. Посолите, поперчите и варите, не накрывая крышкой, в течение еще 1 ч, по истечению которого в кастрюле должно остаться не более одного половника соуса.

IRÈNE AND LUCIENNE KARSENTY
LA CUISINE PIED-NOIR

«Куриный горошек» с зеленым перцем и чили

Если вы не можете достать для приготовления этого блюда зеленые перцы, замените их 1/2 ч. л. соуса «табаско», смешанного с лимонным соком.

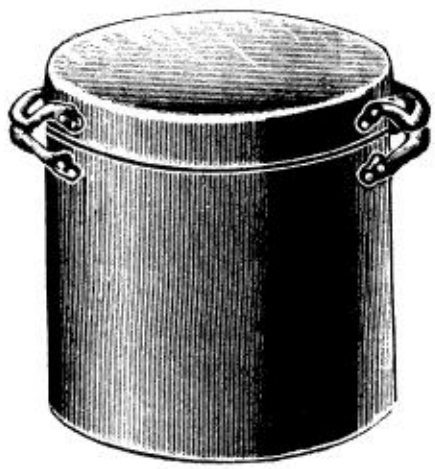
На 4 порции

«куриный горошек», с вечера замоченный в воде, процеженный	250 г
сладкий зеленый перец среднего размера; удалить прожилки, семена и нарезать кубиками	2 шт.
зеленые стручки чили, удалить сердцевину, семена и мелко нарезать	4 шт.
оливковое масло	3 ст. л.
чеснок, мелко нарезанный	1 большой зубчик
лимон; выжать сок	1 шт.

Залейте горох свежей водой и варите его на медленном огне под крышкой в течение 3 ч или же до тех пор, пока он не станет мягким. Слейте оставшуюся после варки воду.

На сковороду налейте растительного масла и разогрейте его на медленном огне. Положите сладкий перец, чили и чеснок и жарьте в течение 5 мин, после чего положите на сковороду горох и готовьте, пока он не начнет поджариваться. Полейте горох лимонным соком и подождите, пока на поверхности появятся пузыри, после чего снимите блюдо с плиты и сразу же подайте его на стол.

GAIL DUFF
GAIL DUFF'S VEGETARIAN COOKBOOK



Оладьи из «куриного горошка»

Panisses

На 4 порции

мука из «куриного горошка»	250 г
подсоленная вода	1 л
оливковое масло	2 ст. л.
растительное мало для фритюра	
свежемолотый перец	

Налейте в кастрюлю воду, посолите и доведите ее до кипения. Налейте в воду оливкового масла и засыпьте гороховую муку. Хорошенько размешайте смесь деревянной ложкой и варите на очень сильном огне приблизительно в течение 20 мин, не переставая помешивать. Когда смесь сильно загустеет, залейте ее в четыре блюдца, смазанных растительным маслом, и оставьте охлаждаться. Когда смесь остынет, извлеките ее из блюдец и нарежьте полученные кружки на пластинки толщиной в два пальца.

Поджарьте пластинки во фритюре из очень горячего растительного масла в течение 3 мин. Когда оладьи приобретут золотистый цвет, их можно считать готовыми. Подайте их на стол, слегка посыпав молотым перцем.

BENOIT MASCARELLI
LA TABLE EN PROVENCE

«Куриный горошек» с острова Мальорка

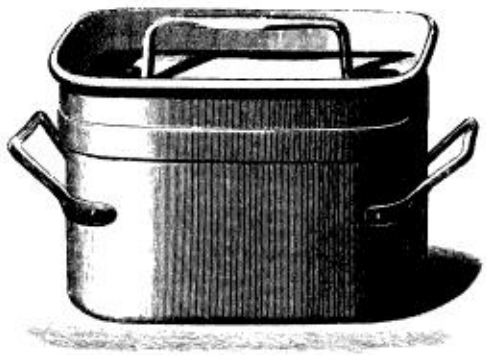
Garabanzos

На 4—6 порций

«куриный горошек», с вечера замоченный в воде, процеженный	500 г
один кусок тыквы; взвесить после того, как будет удалена кожура и сердцевина	250 г
чеснок, нарезанный	3 зубчика
оливковое масло	4 ст. л.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные	250 г
яйцо, сваренное вкрутую и мелко нарезанное	1 шт.
соль и черный перец	
зелень петрушки, мелко нарубленная	4 ст. л.

Налейте в кастрюлю 2,5 л холодной воды, положите в нее «куриный горошек» и тыкву. Варите под крышкой на медленном огне около 2—3 ч или до тех пор, пока горошек не станет мягким. Когда горох будет готов, слейте воду. Возьмите глазированную керамическую кастрюлю, налейте в нее растительного масла и поджарьте на нем чеснок. Когда чеснок слегка подрумянится, добавьте в него помидоры. Откиньте вареную тыкву на дуршлаг. Когда помидоры станут мягкими, положите в кастрюлю тыкву и вареные яйца. Посыпьте солью и перцем, добавьте мелко нарезанную петрушку и в последнюю очередь положите в кастрюлю вареный горох. Хорошенько все перемешайте и подайте блюдо на стол.

COLOMA ABRINAS VIDAL
COCINA SELESTA MALLORQUINA



Пятничный «куриный горошек»

Les Pois Chiches du Vendredi

Традиционно «куриный горошек» готовили по пятницам и подавали на стол с соленой треской и картофельным пюре в знак «раскаяния в своих грехах». Никогда не варите меньше 500 г гороха за раз — это много для четверых человек, но остатками гороха вы можете заправить суп, использовать для салата, паэльи или кускуса. Из отвара, в котором готовился горох, можно сделать суп — бобовый отвар способствует пищеварению.

На 4 порции

«куриный горошек», с вечера замоченный в воде, процеженный	500 г
морковь большого размера	2 шт.
большая луковица; воткнуть 1 гвоздику	1 шт.
чеснок	3 зубчика
оливковое масло	4 ст. л.
соль	
уксус из белого вина	около 1 ст. л.
свежемолотый черный перец	

Тщательно процедите «куриный горох» и положите его в большую, глубокую кастрюлю. Залейте горох водой. Кастрюля должна быть достаточно большой, чтобы вода заполнила ее не более чем на две трети. Положите в кастрюлю морковь, репчатый лук и налейте 3 ст. л. растительного масла. Поставьте кастрюлю на сильный огонь и доведите воду до кипения, затем убавьте нагрев так, чтобы вода продолжала слабо кипеть. Накройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне в течение 2 ч, следя за тем, чтобы вода не выливалась из кастрюли, иначе соотношение воды, растительного масла и овощей нарушится. Бросьте щепотку соли, снова накройте кастрюлю крышкой и варите еще 1 ч.

Когда горох будет готов, процедите его, слив отвар в отдельную посуду и сохранив. Морковь, лук и чеснок выньте и выбросьте. «Куриный горошек» подайте на стол, полив небольшим количеством отвара, в котором он готовился, уксусом, остатками оливкового масла и слегка посыпав молотым перцем.

ALBIN MARTY
FOURMIGUETTO: SOUVENIRS, CONTES ET RECETTES DU LANGUEDOC

Бобовые с тыквой

Tbikha à la Courge Rouge

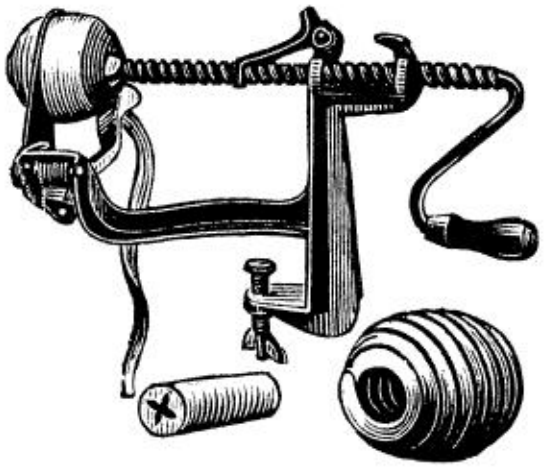
Сушеные широкие бобы имеют жесткую, горькую кожицу, которую необходимо удалить после вымачивания в воде, как здесь, или же после варки, если вы варили бобы вместе с кожицей.

На 4 порции

«куриный горошек», с вечера замоченный в воде, процеженный	100 г
сушеные широкие бобы; с вечера замочить в воде, процедить и снять кожицу	100 г
тыква; почистить, удалить семена и нарезать кубиками	500 г
репчатый лук, нарезанный на кусочки	2 шт.
растительное масло	200 мл
помидоры; очистить от кожицы и семян, из мякоти сделать пюре	250 г
«харисса»	1,5 ч. л.
красный стручковый перец	1,5 ч. л.
вода	1/2 л
сладкий красный перец; удалить семена и нарезать	150 г
веточка петрушки	1 шт.
соль	

Положите в глубокую кастрюлю репчатый лук и слегка обжарьте его на растительном масле, после чего добавьте томатное пюре, «хариссу», красный перец, засыпьте «куриный горошек» и широкие бобы. Залейте все это водой, накройте кастрюлю крышкой и варите на среднем огне в течение 2—3 ч. Затем положите в кастрюлю тыкву, сладкий перец и петрушку. Посолите и варите на небольшом огне еще 30 мин, пока кусочки тыквы не станут мягкими, но не разварятся. Разложите овощи и бобы на сервировочном блюде и подайте на стол очень горячими.

AHMED LAASRI
240 RECETTES DE CUISINE MAROCAINE



Пюре из бобовых

Мексиканская жареная фасоль с маисовыми лепешками

Frijoles Refritos

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78. О том, как готовится «жареная фасоль», рассказывается на стр. 80. «Тотопос», *используемые в качестве украшения для этого блюда,— это «тортильи» треугольной формы, поджаренные на сале до золотисто-коричневого цвета. «Тортилья» — это маисовая лепешка, их можно купить в специализированных магазинах. Чтобы вырезать из редиски «розочку», надрежьте крестообразно верхушку редиски, затем сделайте еще два надреза по диагонали и положите редиску на 15 мин в очень холодную воду.*

На 6 порций

черная, розовая, красная или пятнистая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	250 г
«тотопос»	12 шт.
вода	около 1 л
репчатый лук, мелко нарезанный	1/2 шт.
сало или топленый свиной жир	125 г
соль	
свежий творог, раскрошенный	60 г
листья салата ромэна	
редиска, разрезанная в форме «розочки»	6 шт.

Положите фасоль в кастрюлю и залейте холодной водой. Добавьте половину всего репчатого лука, 30 г сала и доведите воду до кипения. Когда вода закипит, накройте кастрюлю крышкой, и варите на медленном огне в течение 2 ч для черной фасоли и 1,5 ч для остальных сортов или до тех пор, пока бобы не станут мягкими, но не разварятся. В процессе варки фасоль не нужно помешивать. Когда фасоль достигнет готовности, бросьте в кастрюлю бо́льшую щепотку соли и варите еще 30 мин, после чего снимите кастрюлю с плиты и дайте фасоли постоять, лучше всего до следующего дня. После варки в кастрюле должно оставаться около 900 мл жидкости.

Для приготовления мексиканской жареной фасоли растопите оставшееся сало на сковороде и поджарьте остатки репчатого лука, чтобы он стал мягким, но не подрумянился, после чего положите на сковороду 250 мл фасоли вместе с отваром, сделайте под сковородой максимально сильный огонь и растолките бобы пестиком до консистенции пюре. Добавьте новые порции фасоли и также растолките ее пестиком, пока, наконец, вся фасоль не превратится в густое пюре. Когда жидкость, содержащаяся в пюре, начнет выкипать и пюре начнет шипеть по краям, оно перестанет прилипать к сковороде. Если вы решили жарить пюре дальше, возьмите сковороду в руку и качайте ее из стороны в сторону — пюре образует собой некое подобие рулета. Это займет приблизительно 15—20 мин.

Выложите «рулет» со сковороды на сервировочное блюдо так, как обычно снимают омлет. Мексиканскую жареную

фасоль подают на стол с сыром, воткнув в «рулет» маисовые лепешки и украсив блюдо салатом и редиской.

Гороховый пудинг

На 4 порции

лущеный горох, замоченный в воде на 1 ч и процеженный, или сушеный нелущеный горох, с вечера замоченный в воде, процеженный	500 г
сливочное масло, нарезанное на маленькие кусочки	60 г
большое яйцо	1 шт.
соль и перец	

Положите горох в кастрюлю, залейте его большим количеством свежей воды и варите на медленном огне до тех пор, пока он не станет мягким. Время варки лущеного гороха — 45—60 мин, нелущеного — минимум 2 ч. Когда горох будет готов, процедите его, слив воду в отдельную посуду и сохранив для супа, а горох измельчите в кухонном комбайне до консистенции не слишком однородного пюре. Заправьте пюре сливочным маслом, после чего добавьте яйца, соль и перец. Возьмите форму для пудинга на 1,25 л, смажьте ее сливочным маслом, положите в нее пюре, накройте форму листом фольги или ткани, поставьте в кастрюлю с кипящей водой и готовьте пудинг на пару в течение 1 ч. Затем выньте пудинг из формы и подайте на стол с вареной соленой свининой.

Пюре из желтого гороха

Erbsenpüree

Гороховое пюре, которое подается на стол с кислой капустой и свиными ножками, является традиционным берлинским блюдом. Также оно широко распространено в Северной Германии. Вместо мясного бульона можно сварить горох в 0,5 л воды вместе с копчеными или солеными свиными ножками или ребрами, нарубленными на порционные куски. Мясо можно подать на стол вместе с гороховым пюре.

На 6 порций

сушеный нелущеный желтый горох, с вечера замоченный в воде, процеженный	500 г
вода	1,25 л
мясной бульон *(см. стр. 165)*	1/2 л
соль и перец	
майоран	
сливочное масло	60 г
репчатый лук, мелко нарезанный	2 шт.

Наполните кастрюлю водой и засыпьте в нее горох. Варите до тех пор, пока большая часть воды не выкипит. Горошины должны разбухнуть, но не лопнуть. Затем налейте в кастрюлю бульон и продолжайте варить горох, пока горошины не станут мягкими, после чего слейте отвар, протрите горох через сито и добавьте в полученное пюре соль, перец и майоран. Заправьте его половиной сливочного масла и поставьте в теплое место. На оставшемся сливочном масле обжарьте репчатый лук и полейте им гороховое пюре.

Полента из «куриного горошка»

La Socca

На 4 порции

мука из «куриного горошка»	около 125 г
подсоленная вода	около 300 мл
оливковое масло	2 ст. л.
свежемолотый перец	

Засыпьте гороховую муку в кастрюлю и небольшими порциями добавьте в нее подсоленную воду, следя за тем, чтобы не образовывались комки. Поставьте кастрюлю на медленный огонь и варите, непрерывно помешивая и подливая в случае необходимости воду, до тех пор, пока смесь не станет гуще. Вылейте смесь на большой, круглый железный противень, смазанный растительным маслом, и распределите ее тонким слоем. Побрызгайте сверху растительным маслом и поставьте противень в духовку, предварительно нагретую до 220° С, на 5—10 мин. Когда запеканка приобретет золотисто-коричневый цвет, выньте противень из духовки. Блюдо нужно посыпать молотым перцем и горячим подать на стол.

C. CHANOT-BULLER
VIEILLES RECETTES DE CUISINE PROVENCALE

Фалафель

«Фалафель» — *это блюдо, распространенное в Египте и Израиле, также его едят на Среднем Востоке. Жареные шарики из «куриного горошка» едят с салатом и* «тахини» *(паста из семян кунжута). Их можно купить у уличных торговцев, которые продают их завернутыми в арабский хлеб* «пита», *имеющий форму кармана. Также* «фалафель» *подают в качестве закуски на маленьких тарелочках с пастой из молотого «куриного горошка», называющейся* «хуммус». *Блюдо украшают четвертинками вареного яйца и посыпают зеленью петрушки, красным перцем,* «тахини» *и добавляют в него несколько капель густого свежего оливкового масла.*

На 4 порции

«куриный горошек», с вечера замоченный в воде, процеженный и мелко перемолотый в миксере	500 г
молотый кориандр	1 ч. л.
чеснок, нарезанный	1 зубчик
молотый тмин	1 ч. л.
красный перец	1/2 ч. л.
соль	
мука	30 г
растительное масло для фритюра	

Смешайте молотый горох с кориандром, чесноком, тмином, красным перцем и солью. Добавьте муки и хорошенько все перемешайте. Слепите из массы маленькие шарики, диаметром 3 см каждый. Поджарьте шарики во фритюре из очень горячего растительного масла, пока они не станут золотисто-коричневого цвета — около 2—3 мин.

NAOMI AND SCHIMON TZABAR
YEMENITE AND SABRA COOKERY

Горох, бобы, фасоль и чечевица с мясом

Жаркое из «куриного горошка»

Tfina aux Pois Chiches

Вы можете заменить «куриный горошек» сушеной белой фасолью.

На 6 порций

«куриный горошек», замоченный с вечера в воде, процеженный	300 г
сырая говяжья грудинка, очищенная от костей	1 кг
телячья ножка	1 шт.
картофель, очищенный и замоченный в подсоленной воде на несколько часов	10—12 шт.
яйца	6 шт.
чеснок	1 головка
мед	1 ч. л.
паприка	1 ч. л.
оливковое масло	1 ст. л.
соль и перец	
вода	около 2 л

Мясные шарики

говяжий фарш	300 г
хлеб; корку удалить, мякоть замочить в воде, отжать	100 г
свеженатертый мускатный орех	
мускатный «цвет» (наружные покровы мускатного ореха)	
смесь пряностей	
соль и перец	
зелень петрушки, нарубленная	1 ст. л.
чеснок, нарезанный	1 зубчик
яйцо	1 шт.

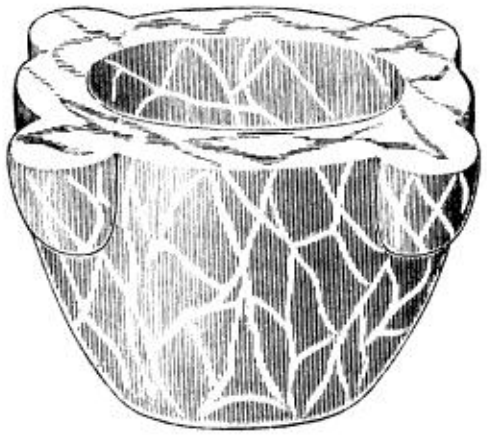
Для приготовления мясных шариков смешайте говяжий фарш с хлебом, добавьте мускатный орех, мускатный «цвет», пряности, соль, перец, петрушку, чеснок и одно яйцо. Отложите смесь в сторону.

В кастрюлю с толстым дном положите грудинку, телячью ножку, «куриный горошек», картофель и шесть яиц прямо со скорлупой. Добавьте одну головку чеснока, мед, паприку, плесните немного оливкового масла, посолите и поперчите. Залейте содержимое кастрюли водой, доведите воду до кипения и опустите в нее мясные шарики. Накройте кастрюлю крышкой и варите на медленном огне в течение 4 ч.

Разогрейте духовку до температуры 130° С, поставьте в нее жаркое и готовьте, не накрывая крышкой, в течение 1 ч или больше — в конце тушения в кастрюле должно остаться очень мало жидкости.

Перед подачей блюда на стол очистите яйца от скорлупы. Положите горох, картофель и яйца в глубокое сервировочное блюдо; мясо подайте в отдельной посуде.

IRÈNE AND LUCIENNE KARSENTY
LA CUISINE PIED-NOIR



Блюдо с фасолью с острова Гернси

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся: см. стр. 78.

Вплоть до 20-х годов нашего века это блюдо являлось обычным завтраком жителей острова Гернси. Некоторые до сих пор предпочитают на завтрак фасоль. Соль желательно класть в уже приготовленное блюдо.

На 4 порции

сушеная белая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	500 г
свиные ножки	1 шт.
говяжья голень (необязательно)	1 шт.
внутренности (необязательно)	300 г
луковицы репчатого лука маленького размера	500 г
морковь	500 г
пучок из тимьяна, петрушки и шалфея	1 шт.

Сложите все ингредиенты в большую керамическую миску или кастрюлю, положите побольше зелени и залейте все это водой. Доведите воду до кипения и варите, накрыв крышкой, в течение 8 ч, доливая, если потребуется, воду.

J. STEVENS COX (EDITOR)
GUERNSEY DISHES OF BYGONE DAYS

Жаркое из фасоли и молодой баранины

Haricot de Mouton

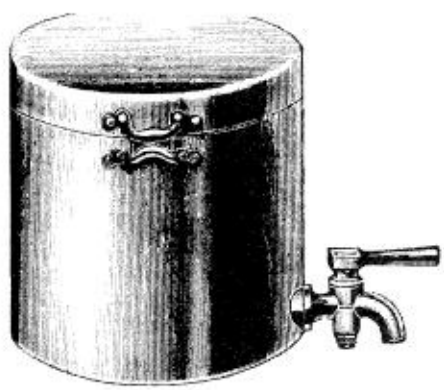
На 6 порций

сушеная белая фасоль; с вечера замочить в воде, процедить, затем сварить, пока бобы не станут мягкими, и процедить	750 г
баранья шея, грудина и лопатка, очищенные от костей и нарезанные на кусочки	500 г каждого
сливочное масло	60 г
репа, нарезанная тонкими ломтиками	2 шт.
чеснок, раздавленный	4 зубчика
мука	30 г
вода	1 л
соль и свежемолотый перец	
пучок зелени	1 шт.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и крупно нарезанные	3 шт.
сырая грудинка, нарезанная на полоски, отваренная и поджаренная на сливочном масле	200 г
молодой репчатый лук, поджаренный на сливочном масле до золотистого цвета	250 г

На сковороде растопите сливочное масло, положите в него мясо и репу и жарьте на среднем огне, пока мясо не подрумянится, после чего добавьте чеснок и муку и готовьте еще 5 мин. Залейте содержимое сковороды водой, посолите, поперчите, положите зелень и помидоры. Накройте сковороду крышкой и тушите на медленном огне в течение 50 мин.

Поместите над миской большое сито и выложите на него содержимое сковороды. Возьмите кастрюлю, положите на дно мясо, сверху посыпьте кусочками жареной грудинки и луком, а поверх них поместите фасоль. Удалите из процеженного соуса жир и полейте им содержимое кастрюли. Доведите жаркое до кипения, затем накройте крышкой и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 170° С, на 1 ч.

EDUARDO NIGNON (EDITOR)
LE LIVRE DE CUISINE DE L'OUEST-ÉCLAIR



«Касуле» по-кастельнодарски

Le Cassoulet de Castelnaudary

На 8 порций

сушеная белая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	800 г
сырая грудинка	300 г
сырая свиная кожа, скрученная и связанная ниткой	200 г
морковь	1 шт.
репчатый лук; воткнуть в луковицу 2 гвоздики	1 шт.
пучок зелени	2 шт.
чеснок	5 зубчиков
соль	
свиные ребра; удалить кости	750 г
баранья лопатка; удалить кости	500 г
топленый гусиный жир	около 100 мл
перец	
репчатый лук, нарезанный	200 г
мясной бульон *(см. стр. 165)*	300 мл
томатное пюре	100 мл
чесночная вареная колбаса	100 г
копченая колбаса или сосиски	100 г
толченые сухари	

Положите в кастрюлю фасоль, грудинку, свиную кожу, морковь, луковицу, один пучок зелени и три зубчика чеснока, залейте все это большим количеством воды, поставьте на очень медленный огонь и варите в течение приблизительно 2 ч.

Поджарьте свинину и молодую баранину на 2 ст. л. топленого гусиного жира. Посолите и поперчите. Когда мясо начнет поджариваться, добавьте мелко нарезанный репчатый лук, положите еще один пучок зелени и оставшиеся два зубчика чеснока. Подлейте немного мясного бульона и положите томатное пюре. Накройте сковороду крышкой и тушите на медленном огне в течение 30 мин, подливая время от времени бульон, чтобы мясо не высыхало. Когда фасоль начнет становиться мягкой, добавьте в кастрюлю соль и выньте ароматические овощи и зелень. Затем положите в кастрюлю с фасолью колбасу и тушеное мясо вместе с соусом, в котором оно готовилось. Варите еще 1 ч, накрыв кастрюлю крышкой, после чего выньте свинину, баранину и колбасу и процедите их. Нарежьте свинину и баранину на ломтики. Возьмите две колбаски, очистите их от кожицы и нарежьте кружками. Процедите фасоль, слив отвар в отдельную посуду и сохранив.

Возьмите двухлитровую кастрюлю и разложите в ней слоями фасоль и мясо, закончив слоем фасоли, затем налейте в кастрюлю отвар — жидкость должна заполнить промежутки между фасолью и мясом, но не должна попасть в верхний слой. Посыпьте рагу толчеными сухарями и смажьте гусиным жиром. Поставьте кастрюлю в духовку, предварительно нагретую до 140° С, и тушите, не накрывая крышкой, в течение 1,5 ч. В процессе приготовления блюда нужно минимум трижды ломать образующуюся сверху корочку (традиционно это делается семь раз) и частично размешивать ее, поливая «касуле» остатками отвара из-под фасоли. В результате у вас должна получиться толстая, жирная, хрустящая корка.

HISTORIA HORS SERIE, NO. 42: LES FRANCAIS À TABLE

«Касуле»

На 6–8 порций

гусиное мясо (грудка или ножка)	1 кг
смесь из разных видов трав	
соль	
гусиный жир, вырезанный у птицы изнутри	
Тушеная фасоль	
сушеная белая фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	1 кг
сырая свиная кожа: ополоть и связать ниткой	175 г
постная сырая грудинка	250 г
свиная ножка	1 шт.
морковь	2 шт.
большая луковица: ополоть 2 раза	1 шт.
чеснок	2 зубчика
пучок зелени	1 шт.
«кервелат» или любая другая чесночная варёная колбаса, протянутая вилкой	1 шт.
соль	
Тушеная баранина	
баранья лопатка: удалить снаружи жир и нарезать мясо на большие куски вместе с костями	около 1,5 кг
морковь средних размеров, нарезанная на кусочки длиной 2 см	2 шт.
луковица средних размеров репчатого лука, крупно нарезанная	2 шт.
соль и свежемолотый перец	
мука	2 ст. л.
сухое белое вино	300 мл
чеснок	5 зубчиков
пучок зелени	1 шт.
помидоры: снять кожицу, удалить семена и нарезать	3—4 шт.
белые хлебные крошки	

Измельчите в ступке зелень, пока она не превратится в порошок, затем посыпьте ею гусиное мясо, посолите его и оставьте лежать до следующего дня. Готовое мясо насухо вытрите. Растопите гусиный жир на медленном огне и разведите его приблизительно 6 ст. л. воды. Когда на сковороде останутся одни шкварки и топленый жир, слейте жир, положите в него гусиное мясо и тушите от 1 до 1,5 ч, переворачивая куски приблизительно через каждые 15 мин. Жир сохраните.

Положите в кастрюлю свиную кожу, сырую грудинку и свиную ножку и залейте все это холодной водой. Доведите до кипения, убавьте нагрев и варите несколько минут, после чего слейте воду и промойте мясо под струей холодной воды. Возьмите массивную, глубокую кастрюлю и положите в нее процеженную фасоль, овощи, чеснок, пучок зелени, свиную кожу, грудинку, свиную ножку и колбасу. Залейте все это достаточным количеством воды — уровень воды в кастрюле должен не 5 см превышать уровень мяса и овощей — медленно доведите воду до кипения, накройте кастрюлю крышкой и отрегулируйте нагрев под кастрюлей таким образом, чтобы вода продолжала слабо кипеть. Воду не солите. Через 40 мин выньте из кастрюли колбасу и отложите в отдельную посуду, грудинку нужно вынуть тогда, когда она перестанет быть твердой, но не станет слишком мягкой — приблизительно через 1 ч после начала варки. Свиную ножку, свиную кожу и фасоль нужно варить до тех пор, пока они не достигнут полной готовности — около 2 ч. Когда мясо будет готово, достаньте его из кастрюли и отложите в посуду с колбасой и грудинкой. Выньте из бульона пучок зелени и луковицу и выбросьте их, а бульон посолите по вкусу.

Теперь займитесь приготовлением тушеной баранины. Для этого возьмите массивную, глубокую сковороду такого размера, чтобы в ней можно было разместить в один слой все куски мяса. Налейте на мясо 2 ст. л. гусиного жира и потушите на нем морковь и репчатый лук. Овощи нужно готовить в течение приблизительно 15 мин, непрерывно помешивая, пока они слегка не подрумянятся. Затем снимите морковь и лук со сковороды, стараясь, чтобы на сковороде не осталось ни кусочка лука. Увеличьте под сковородой огонь, положите в нее куски молодой баранины и поджарьте их на том же самом жире. Перед тем, как переворачуть мясо, посолите его; когда баранина поджарится со всех сторон, посыпьте ее мукой. Снова переверните мясо и добавьте на сковороду жареную морковь и лук. Когда мука слегка обжарится — приблизительно через 4—5 мин — залейте мясо вином, положите 3 зубчика чеснока и пучок зелени. Помешайте содержимое сковороды деревянной ложкой, чтобы мясо и овощи не пригорели, после чего добавьте помидоры и залейте все бульоном, в котором варилась фасоль. Накройте сковороду крышкой. Тушите мясо и овощи на медленном огне в течение приблизительно 1,5 ч, 2—3 раза снимая с поверхности образующуюся жирную пленку. Затем осторожно выньте из сковороды куски баранины и морковь и отложите их в отдельную посуду, пучок зелени выбросьте, а оставшуюся массу протрите сквозь сито. Соус снова налейте на сковороду, доведите до кипения, после чего подвинь сковороду так, чтобы она только одним краем стояла над огнем, и соус лишь слабо пузырился. Готовьте его, не накрывая сковороды крышкой, в течение 15 мин. Периодически снимайте появляющуюся жирную пленку.

Возьмите не слишком глубокую глиняную кастрюлю вместимостью 2 л, натрите стенки и дно двумя зубчиками чеснока — трите до тех пор, пока весь чеснок не кончится. Развяжите свиную кожу, нарежьте ее на небольшие прямоугольные кусочки размером 1 см на 5 см и равномерно распределите их по дну кастрюли. Разрежьте гусиное мясо на две части и положите его на кусочки свиной кожи. Процедите фасоль, слив бульон в отдельную посуду и сохранив. Отмерьте приблизительно одну треть фасоли и положите ее вокруг и поверх мяса.

Разделайте свиную ножку, удалите и выбросьте самые крупные кости, каждую половинку разрежьте на три-четыре части и равномерно распределите их вместе с кусками тушеной баранины и морковью (и той, которая тушилась вместе с бараниной, и той, которая варилась вместе с фасолью) по слою фасоли. Обильно посыпьте мясо перцем и накройте половиной оставшейся фасоли. Возьмите колбасу, нарежьте ее кружками толщиной в два пальца; посыпьте ими фасоль. Нарежьте грудинку на куски длиной 2,5 см и также высыпьте их в кастрюлю. Снова хорошенько поперчите и положите сверху оставшуюся фасоль.

Обильно посыпьте блюдо хлебными крошками и осторожно полейте их соусом, стараясь только смочить крошки, но не смыть весь слой. Продолжайте поливать рагу соусом, пока жидкость не поднимется до верхнего слоя фасоли. Снова слегка посыпьте блюдо крошками, полейте несколькими

столовыми ложками топленого гусиного жира, поставьте рагу в духовку, предварительно нагретую до 220° С, и готовьте до тех пор, пока блюдо полностью не прогреется и не покроется сверху пузырями. Убавьте нагрев до 150° С, чтобы блюдо лишь слегка пузырилось.

Приблизительно через 20 мин достаньте рагу из духовки и приступайте к приготовлению корочки: сначала полейте блюдо остатками соуса, а когда соус закончится, бульоном, в котором варилась фасоль. Продолжайте это каждые 20 мин. Когда на поверхности рагу будет образовываться корочка, сломайте ее ложкой и помешайте, чтобы корочка частично раскрошилась, а оставшаяся часть пропиталась соусом. «Касуле» должно готовиться в духовке не меньше 2 ч, и за это время вам нужно сломать корочку минимум трижды. Однако если жидкость, в которой тушится рагу, выкипает быстрее, чем ожидается, лучше закончить процесс образования корочки и вынуть блюдо из духовки раньше срока, иначе есть опасность, что «касуле» получится слишком сухим.

RICHARD OLNEY
THE FRENCH MENU COOKBOOK

«Касуле» по-тулузски

Le Cassoulet de Toulouse

На 4 порции

сушеная белая фасоль, замочить в воде с вечера, процеженная	500 г
сырая свиная кожа; скопать и связать, отварить в течение 5 мин	100 г
вареная колбаса, пропущенная вилкой	1 шт.
пучок зелени	1 шт.
морковь, нарезанная кружками	2 шт.
чеснок: 2 зубчика раздавить	5 зубчиков
гусиное мясо, нарезанное на 2 порционных куска	1/4 тушки
топленый гусиный жир	4 ст. л.
помидоры: снять кожицу, удалить семена и нарезать	2 шт.
копченая колбаса, нарезанная тонкими кружками	100 г

В кипящую, подсоленную воду засыпьте фасоль и варите в течение 1 ч, после чего процедите, снова залейте фасоль кипятком, положите в кастрюлю свиную кожу, вареную колбасу, пучок зелени, морковь и три зубчика чеснока. Накройте кастрюлю крышкой и тушите на медленном огне в течение 1 ч. Затем выньте вареную колбасу, нарежьте ее на ломтики и снова положите в кастрюлю.

Растопите на сковороде гусиный жир, положите давленый чеснок (2 зубчика), помидоры и поджарьте гусиное мясо. Когда мясо подрумянится, переложите содержимое сковороды в кастрюлю с фасолью и тушите еще 2 ч. Затем процедите фасоль — воду слейте в отдельную посуду и сохраните, а бобы, вареную колбасу, копченую колбасу и гусиное мясо разложите слоями в большой глиняной кастрюле. Блюдо заканчите слоем фасоли и залейте бульоном, в котором варилась фасоль — жидкость должна подняться до верхнего слоя. Остатки бульона сохраните.

Нагрейте духовку до температуры 130° С, поставьте кастрюлю и, не накрывая крышкой, тушите рагу в течение 1,5—2 ч. В конце приготовления «касуле» должно быть покрыто толстой, хрустящей коркой. Для это в процессе приготовления рагу не менее 8 раз вынете его из духовки, сломайте образующуюся сверху корочку и смажьте блюдо оставшимся бульоном. «Касуле» подают на стол на блюде.

HISTORIA HORS SERIE, NO. 42: LES FRANCAIS A TABLE

Тушеная фасоль

Frackh

«Фракх» — это блюдо, которое марокканские евреи традиционно едят по субботам. Дело в том, что в субботу нельзя разжигать огонь в печи, поэтому духовку разогревают в пятницу вечером, ставят кастрюлю с фасолью и тушат ее на медленном огне в течение всей ночи и утра следующего дня, чтобы блюдо приготовилось к тому времени, когда мужчины вернутся домой с утренней службы из синагоги. Для приготовления тушеной фасоли нужна большая кастрюля, которая могла бы вместить 7,5—10 л воды. В нее нужно сложите все ингредиенты, затем закрыть кастрюлю крышкой и герметично запечатать щель между стенками кастрюли и крышкой мукой, разведенной в воде.

На 8—10 порций

телячья нога вместе с копытом, лодыжкой и голенью; щетину опалить, мясо вымыть, разрубить	2 шт.
сушеная фасоль (например, белая фасоль, фасоль «флажолэ» или «масленая»), с вечера замоченная в воде, процеженная	200 г
чугунный горошек, с вечера замоченный в воде, процеженный	200 г
зелень петрушки, мелко нарубленная	60 г
чеснок: разобрать на зубчики, снять с них кожицу	4 головки
картофелины средних размеров	6 шт.
яйца вместе со скорлупой	8—10 шт.
соль	1 ст. л.
молотые семена тмина	1 ст. л.
красный чили, нарезанный	1/2 ч. л.
паприка	2 ст. л.
оливковое масло, разогретое	1/4 л

Сложите все ингредиенты в большую, глубокую кастрюлю, не смешивая их. Залейте все это 1,25 л воды. Плотно закройте кастрюлю крышкой и поставьте либо на средний огонь на плиту, либо в духовку, предварительно нагретую до 130° С. Через час подлейте еще 3/4 л воды, затем столько же добавьте еще через 1 ч. Если вы закрыли кастрюлю плотно, воды больше не потребуется, но ближе к концу приготовления блюда проверьте, хватает ли в кастрюле воды, иначе фасоль может стать слишком сухой. В случае необходимости подлейте еще небольшое количество воды. Уже через 4 ч вы получите вкусное блюдо, но оно будет еще лучше, если готовить его дольше. По своей консистенции блюдо напоминает обычную тушеную фасоль — оно должно получиться сочным, но не слишком жидким,— однако за счет костей и пряностей «фракх» обладает весьма специфическим вкусом.

IRENE P. DAY
KITCHEN IN THE KASBAH

«Касероль» с фасолью и бараньей шеей

Для приготовления этого блюда требуется много времени, но его можно делать в несколько этапов или же приготовить заранее, а потом разогреть.

На 6 порций

пятнистая или розовая фасоль или сушеная белая фасоль: с вечера замочить в воде, процедить, залить чистой водой и варить в течение 2 ч	500 г
бараньи шеи, нарезанные на маленькие кусочки	750 г
растительное масло	4 ст. л.
соль и перец	
луковицы репчатого лука среднего размера, нарезанные кружками	2 шт.
чеснок, мелко нарезанный	2 зубчика
помидоры: снять кожицу и нарезать или же консервированные помидоры, процедить и нарезать	350 г
сушеный тимьян	1/2 ч. л.
лавровый лист	1 шт.
сушеный чили, растолченный (необязательно)	1/2 ч. л.
сухое красное вино	1/4 л

Нежную вырезку вытрите кусочки мяса бумажными салфетками. В большой массивной сковороде разогрейте оливковое масло, положите в нее баранину и поджарьте ее на среднем огне. Затем переложите кусочки мяса в большую жаростойкую кастрюлю, слегка посолите и поперчите. В ту же сковороду положите репчатый лук и чеснок и слегка обжарьте их на медленном огне, непрерывно помешивая, чтобы они пропитались соусом, в котором жарилась баранина. Добавьте на сковороду помидоры, зелень и залейте все это вином. Доведите вино до кипения, периодически помешивая содержимое сковороды, и несколько минут готовьте соус на медленном огне.

Процедите фасоль, слив отвар в отдельную посуду и сохранив его. Осторожно смешайте фасоль с кусочками жареной баранины, стараясь не разломать бобы. Сверху полейте содержимое кастрюли томатным соусом; если соуса мало и им нельзя полностью залить мясо и фасоль, добавьте немного отвара из-под фасоли. Накройте кастрюлю крышкой или же сделайте крышку сами из листа фольги, сложенного в два слоя, плотно прижав фольгу к стенкам кастрюли. Поставьте кастрюлю в духовку, предварительно нагретую до 170° С, приблизительно на 1 ч. За это время большая часть воды должна впитаться в бобы; если блюдо кажется вам слишком жидким (или же слишком густым), снимите крышку, увеличьте нагрев до 190° С и готовьте его до тех пор, пока лишняя жидкость не выкипит.

MIRIAM UNGERER
GOOD CHEAP FOOD

«Касероль» с острой красной фасолью

Если вы не смогли купить красные чили, замените их зелеными чили или же 1/4 ч. л. молотого красного перца. К этому блюду также необходимо подать на стол коричневый рис.

На 4 порции

красной фасоли, с вечера замоченной в воде, процвежённой	250 г
помидоры: ошпарить, снять кожицу, очистить от семян и нарезать кружками	500 г
луковицы репчатого лука среднего размера, нарезанные тонкими кружками	2 шт.
чеснок, мелко нарезанный	1 большой зубчик
большие стручки красного сладкого перца: удалить сердцевину, вынуть семена и нарезать перцы на полоски толщиной со спичку	2 шт.
свежий красный чили: удалить семена и мелко нарезать	2 шт.
паприка	2 ч. л.

Залейте фасоль приблизительно 600 мл воды, накройте кастрюлю крышкой и варите в течение 1 ч, после чего процедите, если в кастрюле останется вода.

Возьмите большую кастрюлю, на дно положите половину всех помидоров, затем добавьте половину чеснока, половину всего репчатого лука, половину всего сладкого перца, половину мелко нарезанного чили и 1 ч. л. паприки.

Положите сверху вареную фасоль и посыпьте прочими ингредиентами в перечисленном выше порядке, закончив репчатым луком и помидорами. Накройте кастрюлю крышкой и поставьте в духовку, предварительно нагретую до 170° С, на 1,5 ч. Перед подачей на стол хорошенько все перемешайте.

GAIL DUFF
GAIL DUFF'S VEGETARIAN COOKBOOK

Тушеная фасоль по-тоскански

Fagioli al Forno

Если вы не смогли достать корейку, замените ее сырой свиной грудинкой.

На 6 порций

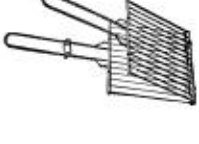
сушеная фасоль «каннеллини», с вечера замоченная в 1,5 л воды	600 г
корейка (pancetta): нарезанная на маленькие кусочки	125 г
чеснок, очищенный	2 больших зубчика
листья свежего шалфея	6—7 шт.
оливковое масло	4 ст. л.
консервированные томаты	125 г
вода	
соль и свежемолотый черный перец	

Процедите фасоль и положите ее в большую кастрюлю. Нагрейте духовку до температуры 190° С. Добавьте в кастрюлю кусочки корейки, чеснок, шалфей, помидоры и налейте оливкового масла. Залейте все это достаточным количеством

холодной воды, чтобы полностью закрыть фасоль — около 3/4 л,— посолите и поперчите.

Накройте кастрюлю крышкой и поставьте ее в горячую духовку на 3,5—4,5 ч. Проверяйте фасоль каждые полчаса и осторожно помешивайте ее. Когда фасоль достигнет полной готовности, выньте кастрюлю из духовки и оставьте минут на 15 остывать, не снимая крышки. Фасоль подают на стол прямо в кастрюле.

GIULIANO BUGIALLI
THE FINE ART OF ITALIAN COOKING



Мясные шарики с цукини и «куриным горошком»

Karyaprak

На 4 порции

«куриный горошек», с вечера замоченный в воде, процеженный и частично сваренный (в течение приблизительно 1 ч)	250 г
немного жирной говядины, мелко нарезанной	500 г
кабачки цукини, нарезанные кружками	1 кг
хлеб: корки очистить, мякоть замочить в воде, отжать	100 г
чеснок, нарезанный	4 зубчика
зелень петрушки, нарубленная	2 ст. л.
соль и перец	
смесь разных специй	1/2 ч. л.
тертый мускатный орех	1/2 ч. л.
яйца	2 шт.
мука	4 ст. л.
растительное масло	200 мл
репчатый лук, нарезанный	3 шт.
помидоры: снять кожицу, удалить семена и нарезать	4 шт.
горячая вода	1/2 л

Для приготовления мясных шариков смешайте мелко нарезанную говядину с хлебом, чесноком и петрушкой. Добавьте соль, перец, специи и тертый мускатный орех. Разбейте одно яйцо и хорошенько все перемешайте. Слепите из приготовленной смеси четыре шарика размером с мандарин.

Разбейте оставшееся яйцо. Обваляйте мясные шарики в муке, а затем обмакните их в яйцо и поджарьте на горячем растительном масле в течение 15 мин. Снимите шарики со сковороды и на том же самом масле поджарьте на медленном огне репчатый лук и помидоры. Через 20 мин добавьте по вкусу соль и перец и залейте содержимое сковороды горячей водой. Несколько минут тушите при слабом кипении, после чего протрите смесь через сито. Полученный соус отложите в сторону.

На дно глиняного горшка насыпьте «куриный горошек», на него положите цукини, а сверху поместите мясные шарики. Полейте блюдо соусом, накройте горшочек листом фольги, в котором проделайте несколько прорезей, и поставьте запекаться в духовку, предварительно нагретую до 180° С, на 2 ч.

IRÈNE AND LUCIENNE KARSENTY
LA CUISINE JUIF-NOIR

«Черноглазый» горох с беконом

На 4—6 порций

горох «с черными глазами», перебранный, промытый, замоченный с вечера в воде, процеженный	350 г
соль	
постный бекон, нарезанный на полоски толщиной со спичку	60 г
большая луковица, нарезанная	1 шт.
маленький стручок красного чили, мелко нарезанный или 1 стручок сушеного чили, нарезанный и замоченный в нескольких столовых ложках воды на 30 мин	1 шт.
толстые ломтики постного бекона	6 шт.
вареный рис	400 г
вино или яблочный уксус	2 ст. л.
черный перец (необязательно)	
зелень петрушки, нарубленная	2 ст. л.

Залейте горох чистой водой, посолите и варите, пока горох не станет мягким — от 45 мин до 1 ч. Положите полоски бекона на холодную сковороду, поставьте на огонь и готовьте на жире, который выделится из бекона. Когда бекон начнет становиться поджаристым, снимите его со сковороды и положите сушиться на бумажные салфетки.

Положите на ту же самую сковороду репчатый лук и поджарьте его на жире, оставшемся после бекона, пока лук слегка не подрумянится, после чего положите мелко нарезанный чили — свежий чили или же вымоченный в воде и высушенный сушеный чили вместе с водой, в которой он был замочен. Пока варится горох, поджарьте ломтики бекона и сварите рис.

Когда горох станет мягким, процедите его, сохранив 100 мл отвара. Смешайте горох с полосками жареного бекона, репчатым луком, рисом, плесните немного уксуса — перемешивайте очень осторожно, чтобы не раздавить горошины. Пользуйтесь для этого китайскими палочками для еды или ручкой деревянной ложки. Если нужно, добавьте соль и перец. Возьмите большую кастрюлю, смажьте ее сливочным маслом и переложите в нее смесь. Сверху полейте отваром, в котором готовился горох, и разложите ломтики бекона. Поставьте кастрюлю в духовку, предварительно нагретую до 180° С, приблизительно на 20 мин. Готовое блюдо посыпьте сверху зеленью петрушки и подайте на стол со свежим салатом.

MIRIAM UNGERER
GOOD CHEAP FOOD

Тушеная фасоль по-бостонски

На 6—8 порций

сушеная белая или красная фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	600 г
бастр (желтый сахарный песок)	75 г
меласса (черная патока)	125 мл
сухая горчица	2 ч. л.
соль	2 ч. л.
луковица среднего размера	1 шт.
соленая свинина или сырая грудинка, нарезанная на 3 части	175 г

Засыпьте фасоль в холодную воду, поставьте кастрюлю на сильный огонь и быстро доведите воду до кипения. Когда фасоль закипит, прокипите ее, слив воду в отдельную посуду и сохраняя. Возьмите специальный котелок для варки бобовых или глубокую кастрюлю вместимостью 1,5 л, положите в нее фасоль, посыпьте ее бастром, сухой горчицей, солью, полейте мелассой и перемешайте. В центр поместите луковицу. Возьмите два куска соленой свинины и воткните их в фасоль с обеих сторон от луковицы, третий кусок положите сверху. Залейте фасоль достаточным количеством воды, оставшейся после проживания фасоли, накройте котелок крышкой, поставьте в духовку на весь день — обычно фасоль готовится не менее 7—8 ч — и тушите при температуре 140° С. Время от времени проверяйте, достаточно ли в кастрюле воды, и, если нужно, подливайте отвар, оставшийся после процеживания фасоли. За 1 ч до конца приготовления блюда снимите с котелка крышку. Перед подачей блюда на стол выньте из него луковицу и выбросьте ее.

Тушеная черная фасоль по-бразильски

Feijoada Completa

Некоторые виды бобовых требуют особой предварительной обработки, чтобы уничтожить токсины, которые в них содержатся.

Бразилия является самым большим мировым производителем бобов. «Фейжао» (*feijao*), или черная фасоль, является основным ингредиентом национального бразильского блюда, называющегося «*feijoada completa*» (*feijoada completa*). Вяленая говядина, известная также под названием «*carne seca*» (*carne seca, сушеное мясо*) или «*charqui*» (*charqui*) — это соленая говядина, высушенная на солнце. Если для приготовления этого блюда вы не смогли достать вяленого мяса, замените его соленой говядиной. Традиционно на краю блюда с фасолью подают «тапиоку» (*farinha, мука*), чтобы каждый сидящий за столом мог при желании посыпать ей свою порцию. Как правило, на гарнир подается обычный или испанский вареный рис.

На 8—10 порций

черная фасоль, с вечера замоченная в воде, процеженная	500 г
вяленая говядина, замоченная с вечера в воде; слить воду, отварить в течение 5 мин, снова слить воду и остудить	350 г
копченые колбаски или сосиски, отваренные	250 г
копченая свинина	250 г
копченый язык	125 г
постный бекон	125 г
свиная ножка; положить на некоторое время в кипящую воду, затем отскоблить	1 шт.
свиное ухо	1 шт.
свиной хвост	1 шт.

Соус «чили»

маленькие стручки красного чили, очищенные от семян и нарезанные, или 1/2 ч. л. молотого красного перца	2—3 шт.
растительное масло	2 ст. л.
репчатый лук, нарезанный	1 шт.
зеленый лук, нарубленный	1 шт.
колбасный фарш	60 г
чеснок, мелко нарезанный	1 зубчик

Положите в кастрюлю все мясо, залейте его теплой водой и медленно доведите до кипения. Варите на медленном огне в течение 1,5 ч, пока мясо не перестанет быть жестким. В отдельную кастрюлю засыпьте фасоль, залейте ее водой и доведите до кипения. Накройте кастрюлю крышкой и варите в течение 1,5 ч, пока фасоль не станет мягкой. Затем смешайте фасоль с мясом и варите еще 45 мин или же до тех пор, пока мясо не станет очень мягким, а бобы не станут настолько мягкими, что их легко будет толочь.

За полчаса до конца варки разогрейте на сковороде растительное масло и приготовьте соус «чили». Для этого слегка поджарьте репчатый и зеленый лук вместе с колбасным фаршем. Когда лук начнет подрумяниваться, добавьте чеснок и перцы чили или насыпьте молотый красный перец. Помешайте и подождите, пока смесь хорошенько прожарится, после чего положите в нее 150 г вареной фасоли и частично раздавите ее деревянной ложкой. Затем налейте на сковороду приблизительно 300 мл бульона, в котором варится фасоль и мясо, перемешайте и готовьте до тех пор, пока смесь не достигнет консистенции соуса. Налейте этот соус в кастрюлю с фасолью и мясом и продолжайте тушить, пока блюдо не станет густым и вязким.

Перед подачей на стол выньте из кастрюли мясо, нарежьте его на ломтики и разложите на большом блюде. Традиционно язык кладется в центр блюда. Полейте мясо соусом из кастрюли. Фасоль и бульон, в котором она варилась, ставятся рядом с мясом.

CORA, ROSE AND BOB BROWN
THE SOUTH AMERICAN COOKBOOK

Стандартные рецепты

Крепкий мясной бульон

Этот крепкий мясной бульон, который применяется для приготовления многих блюд, может храниться в течение недели, если держать его в холодильнике и два раза в день доводить до кипения.

Для приготовления приблизительно 3 л бульона

говяжья нога или голень	1 кг
телячья голень вместе с мясистой телячьей ножкой	1 кг
куриные спинки, шейки, ножки, крылышки	1 кг
вода	около 5 л
пучок зелени с сельдереем и луком-пореем	1 шт.
чеснок	1 головка
луковицы репчатого лука среднего размера, в одну вонзить 2 полочки гвоздики	2 шт.
большая морковь	4 шт.
соль	

Возьмите большую кастрюлю для бульона и положите на дно круглый металлический кондитерский резец или подставку-решетку, чтобы мясо и овощи не прилипли ко дну. Положите в кастрюлю мясо и кости и залейте их водой так, чтобы уровень воды на 5 см был выше уровня мяса. Медленно доведите воду до кипения и шумовкой снимите пену, образующуюся на поверхности. Подлейте в кастрюлю стакан холодной воды и продолжайте варить, периодически снимая пену, пока пена не перестанет появляться — около 10—15 мин. Затем положите пучок зелени, чеснок, репчатый лук, морковь, посолите и, когда бульон снова закипит, снова снимите с него пену. Убавьте нагрев, прикройте кастрюлю крышкой, оставив небольшую щель, и варите на очень медленном огне около 4—5 ч, время от времени снимая образующуюся пену. Если вы собираетесь употреблять мясо в пищу, достаньте из кастрюли телятину через 1,5 ч, а говядину через 3 ч.

Когда бульон сварится, возьмите дуршлаг, установите его над большой миской, накройте куском муслина, зачерпните половником бульон и вылейте его в дуршлаг. Процеженный бульон оставьте охлаждаться. Когда бульон остынет, уберите с поверхности остатки жира при помощи шумовки и бумажной салфетки; если вы охлаждали бульон в холодильнике, удалите застывший жир при помощи ножа.

Бульон из телятины: Вместо говядины, курицы и говяжьих костей возьмите приблизительно 2 кг телячьих костей (шею, голени или ребра). Для приготовления более жирного и студенистого бульона можно положить также телячье копыто, которое предварительно нужно вымыть, разрубить и на 5 мин положить в кипящую воду.

Бульон из говядины: Вместо телячьей голени и курицы возьмите 2 кг говяжьих костей (голень, хвосты и пр.) и варите бульон на медленном огне в течение 5 ч. Можно добавить также телячью ножку или копыто, чтобы бульон получился более студенистым и жирным.

Куриный бульон: Из взрослой курицы получается более густой бульон, чем из цыплят. Возьмите приблизительно 2,5 кг куриного мяса вместе с шеями, ножками, крылышками, желудками и сердцами, сложите все это в кастрюлю и варите на медленном огне в течение 2 ч.

Бульон из баранины: Возьмите около 3 кг бараньих костей, бараньи голень, шею или загривок, сложите в кастрюлю и варите на медленном огне в течение 7—8 ч.

Базовый белый соус

Этот соус всегда можно использовать вместо соуса бешамель. Если вы используете белый соус как основу для суфле, исключите из рецепта жирные сливки, возьмите еще одну часть молока и вдвое увеличьте количество муки, указанное в рецепте. С момента закипания молока соус готовится всего несколько минут.

Для приготовления приблизительно 450 мл соуса

сливочное масло	30 г
мука	2 ст. л.
молоко	600 мл
соль	
перец (необязательно)	
свежетертый мускатный орех (необязательно)	
жирные сливки (необязательно)	

Возьмите массивную сковороду и на медленном огне растопите в ней сливочное масло. Засыпьте муку, помешайте, чтобы получилась пассеровка, и готовьте, непрерывно помешивая, в течение 2—3 мин, затем залейте сразу все молоко, не переставая взбивать смесь, чтобы она получилась однородной. Увеличьте под сковородой огонь и, продолжая взбивать, доведите соус до кипения. Затем убавьте нагрев и готовьте соус на очень медленном огне, не накрывая сковороду крышкой, в течение 40 мин. Периодически помешивайте, чтобы соус не покрылся пленкой и не пригорел. Посолите соус по вкусу и, если хотите, посыпьте белым перцем и бросьте щепотку мускатного ореха. Снова взбейте, чтобы соус превратился в совершенно однородную массу. Подлейте немного жирных сливок, если хотите, чтобы соус получился более жирным.

Томатный соус

Если для приготовления это соуса вы не можете достать свежие, спелые помидоры, замените их консервированными итальянскими томатами.

Можно приготовить томатное пюре без использования сита. Для этого перед тем, как сварить помидоры, очистите их от кожицы и семян. Помидоры нужно опустить на 30 сек в кипящую воду, вынуть и снять кожицу. Затем разрежьте каждый помидор вдоль на две части и выньте семена. Слегка поджарьте на небольшом количестве растительного и сливочного масла мелко нарезанные репчатый лук и зубчик чеснока. Положите на сковороду помидоры и жарьте на сильном огне, непрерывно помешивая, в течение 10 мин или же до тех пор, пока помидоры не превратятся в однородную массу. Посолите и посыпьте зеленью по вкусу. Чтобы соус получился более насыщенным, в конце приготовления в него можно добавить 30 г сливочного масла.

Для приготовления приблизительно 300 мл соуса

очень спелые помидоры, разрезанные на четыре части	750 г
лавровый лист	1 шт.
большая веточка сушеного тимьяна	1 шт.
крупная соль	
репчатый лук, нарезанный кружками или 1 зубчик чеснока, раздавленный (необязательно)	1 шт.
сливочное масло (необязательно)	около 30 г
свежемолотый перец	
сахарный песок (необязательно)	1—2 ч. л.
зелень петрушки, мелко нарубленная	1 ст. л.
листья базилика, разорванные на мелкие кусочки	1 ст. л.

Положите помидоры, лавровый лист, тимьян в сковороду из меди или нержавеющей стали, бросьте щепотку крупной соли. По желанию можете добавить репчатый лук или чеснок. Осторожно раздавите помидоры деревянной ложкой, доведите до кипения и готовьте, не накрывая крышкой, по довольно сильном огне в течение 10 мин или же до тех пор, пока помидоры не превратятся в густую массу. Достаньте из сковороды лавровый лист и тимьян, а остальную массу переложите в сито из пластмассы или нержавеющей стали, установленное над большой миской. Затем при помощи деревянного пестика протрите массу сквозь сито. Кожицу и семена выбросьте, а протертую массу снова положите на сковороду и готовьте, не накрывая крышкой, на медленном огне до тех пор, пока соус не достигнет нужной консистенции. По желанию вы можете добавить в соус немного сливочного масла и взбить, чтобы соус стал более насыщенным. Если вы использовали для приготовления соуса консервированные томаты, попробуйте, достаточно ли в соусе соли и слегка подсластите его сахарным песком. Посыпьте готовый соус зеленью петрушки и базиликом.

Мясной соус

Этот соус иногда называют «болонским». Его можно несколько разнообразить, положив чеснок, морковь, петрушку, лимонную корку и пол-ия немного бульона.

Для приготовления приблизительно 600 мл мясного соуса

остатки мяса, нарезанные на небольшие кусочки: говяжий фарш или мелко нарезанное сырое мясо	250 г
оливковое масло	3 ст. л.
репчатый лук, нарезанный	1 шт.
соль	
пучок зелени или смесь из различных трав и лавровый лист	1 шт.
вино или вода	200 мл
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные или томатное пюре, или консервированные томаты	1 кг

Слегка обжарьте мясо на подсолнечном масле, после чего добавьте в него репчатый лук и продолжайте жарить, непрерывно помешивая, пока лук не станет мягким. Затем посолите и положите зелень. Увеличьте огонь под сковородой, налейте вино или воду, размешайте смесь деревянной ложкой и, не прекращая помешивать, готовьте на самом сильном огне до тех пор, пока практически вся жидкость не выкипит — около 3—4 мин, после чего добавьте помидоры.

Накройте сковороду крышкой, убавьте огонь и готовьте на медленном огне около 1 ч. Если потребуется, ближе к концу варки снимите со сковороды крышку, чтобы выкипела лишняя жидкость и соус стал гуще, и готовьте его, пока соус не достигнет положенной консистенции.

Тесто для кондитерских изделий

Здесь приводится рецепт песочного теста на сливочном масле. Для приготовления более мягких кондитерских изделий со своеобразным вкусом (*см. стр. 72*) вместо сливочного масла возьмите 125 мл оливкового масла и замените часть воды яйцом (1—2 шт.). Смешайте все ингредиенты в миске и хорошенько перемешайте их при помощи вилки, пока смесь не станет вязкой. Костяшками пальцев разомните тесто, подсыпая в него еще немного муки, если тесто получилось слишком липким. Соберите тесто в большой комок, накройте его куском ткани и положите в холодильник на 1 ч, после чего тесто можно раскатывать.

Для приготовления приблизительно 750 г песочного теста

мука	400 г
соль	2 ч. л.
холодное, твердое сливочное масло, нарезанное на маленькие кусочки	350 г
вода	около 125 мл

Просейте муку, насыпьте просеянную муку и соль в миску. Добавьте сливочное масло. Руками смешайте масло с мукой (или измельчите масло, находящееся в муке, при помощи двух ножей), у вас должна получиться неоднородная, грубая

смесь, в которой легко можно различить куски масла. Осторожно размешивая массу вилкой, добавьте достаточное количество воды, чтобы из полученного теста можно было слепить твердый шар. Заверните тесто в полиэтиленовый пакет, пергамент или фольгу и положите в холодильник не менее чем на 30 мин, после чего тесто можно раскатывать.

Стандартное тесто для макаронных изделий

Для изготовления макаронных изделий в домашних условиях лучше всего подходит мука грубого помола, применяемая для выпечки хлеба, или мелкая манная крупа, хотя можно использовать для этой цели любой сорт пшеничной муки. Точное соотношение муки и яиц зависит от сорта муки и от размера яиц, которые кладутся в тесто, однако обычно следует придерживаться следующей пропорции: на 100 г муки класть 1 яйцо. Если вы готовите немного теста, смешивайте ингредиенты в миске.

Для приготовления 750 г теста

мука	500 г
яйца	5—6 шт.
соль	
оливковое масло	2—3 ст. л.

Насыпьте муку горкой на ровной рабочей доске. В центре горки сделайте углубление и разбейте туда яйца. Хорошенько посолите и плесните оливкового масла. Одной рукой осторожно насыпьте немного муки с краев углубления в смесь яиц и масла, одновременно размешивая ее пальцами, чтобы получилось тесто. Другой рукой поддерживайте края, чтобы яйца не вытекли из углубления. Продолжайте добавлять муку в яйца, пока у вас не получится густое, но пластичное тесто. Соберите его в комок и положите на поверхность, слегка посыпанную мукой.

Замесите тесто. Для этого расплющьте тесто кистями рук, сложите пополам и снова надавите на него, пока оно не расплющится. Если вы будете резать макаронные изделия вручную, замешивайте тесто 5—10 мин или же до тех пор, пока тесто не станет гладким и эластичным; если вы пользуетесь специальной машиной, не тратьте много времени на замешивание теста вручную, а только смешайте ингредиенты — машина сама замесит тесто. Когда вы закончите месить тесто, накройте его куском ткани и оставьте на 1 ч.

Через час разделите тесто на несколько частей. Раскатайте каждую часть на рабочей поверхности, слегка посыпанной мукой, пока у вас не получится тонкий пласт круглой формы. Теперь тесто можно резать на нужные вам формы.

Цветное тесто для макаронных изделий

Ингредиенты для цветного теста лучше замешивать в миске, чем на ровной поверхности, особенно если вы работаете с небольшими количествами продуктов. Чтобы тесто не получилось слишком жидким за счет сока, выделяемого овощами-красителями (особенно шпинатом), добавьте в него дополнительное количество муки, когда будете замешивать и раскатывать. О том, как замесить и раскатать тесто при помощи специальной машины, рассказывается на стр. 46.

Зеленое тесто: Положите 250 г шпината или мангольда в воду и варите в течение 2 мин для шпината и 5 мин для мангольда. Процедите, промойте зелень под холодной водой и насухо отожмите листья. Протрите вареный шпинат (или мангольд) сквозь сито или, если вы будете замешивать тесто в машине, мелко нарежьте зелень. Вилкой смешайте шпинат (или мангольд) с остальными ингредиентами. Замесите и раскатайте его.

Тесто в зеленую крапинку: Возьмите свежую зелень, обрежьте стебли, вымойте листья, насухо их вытрите и мелко нарубите. Можно использовать петрушку, цикель, тимьян, 2—3 листа шалфея, эстрагон, майоран, базилик, одуванчик, ночную фиалку, иссоп и молодые, нежные побеги чабра садового. Жесткие растения, как тимьян, шалфей, чабер, майоран и эстрагон, не очень хорошо сочетаются с остальными, более мягкими видами. Поэтому внимательно подбирайте травы для смеси. Когда смесь будет готова, возьмите ее приблизительно 6 ст. л., добавьте в тесто для макаронных изделий и перемешайте при помощи вилки. Замесите и раскатайте тесто.

Красное тесто: Отварите, не чистя, в подсоленной воде две маленькие свеклы в течение 40 мин — 1 ч или же, пока свекла не станет мягкой. Снимите кожицу и нарежьте свеклу на куски, а затем сделайте из них пюре. Смешайте свекольное пюре с прочими ингредиентами, входящими в состав теста для макаронных изделий. Замесите и раскатайте тесто.

Оранжевое тесто: Добавьте в тесто для макаронных изделий 4—6 ложек густого томатного соуса *(см. стр. 166)* или пюре из консервированных томатов. Замесите и раскатайте тесто.

Желтое тесто: Добавьте в смесь муки с солью щепотку молотого шафрана. Хорошенько перемешайте, добавьте яйца и растительное масло. Замесите и раскатайте тесто.

Крутое тесто для макаронных изделий

Это тесто, предназначенное для приготовления клецек, делается так же, как стандартное тесто для макаронных изделий *(см. выше)*, однако в процессе замешивания в него добавляется 125 г муки на каждые 500 г, указанные в рецепте стандартного теста. Продолжайте месить тесто, подсыпая муку, пока у вас не получится такое твердое и крутое тесто, какое только можно приготовить, не раскрошив его. Чтобы было проще тереть тесто на терке, готовое тесто заверните в полиэтиленовый пакет и минимум на 30 мин положите его в холодильник. Затем вымыте его и натрите на крупной терке на лист пергамента. Если вы не собираетесь сразу же готовить клецки, обильно посыпьте их мукой, чтобы тесто не слиплось.

Крупы, макаронные изделия и бобовые

Редактор Т. ПОНЯТЫХ
Художественный редактор И. МАРЕВ
Технический редактор Н. ПРИВЕЗЕНЦЕВА
Корректор Н. КУЗНЕЦОВА
Компьютерная верстка И. ПОНЯТЫХ

ЛР № 030129 от 23.10.96 г.
Подписано в печать 15.08.97 г.
Гарнитура Таймс. Печать офсетная.
Уч.-изд. л. 22,31. Цена 45 000 р.

Издательский центр «ТЕРРА». 113184, Москва, Озерковская наб., 88/1, а/я 27.

Книги издательства «ТЕРРА» можно заказать по адресу: 150000, Ярославль, ул. Полиграфа Мороздова, д. 5, Почтамт, а/я 2.

ISBN 5-300-01307-2